IN PACE ET IN BELLO CARITAS

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

CENTRALNY ORGAN POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA



Koła Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża pracują na zagonkach. (Do str. 112).

W TREŚCI NUMERU:

MAJ Nr. 5 1934 ROK

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

(Założony w 1919 roku)

TREŚĆ NUMERU:

SOMMAIRES:

OPŁATA POCZTOWA UISZCZONA RYCZAŁTEM. CENA EGZ. 1 ZŁ.

Nr. 5-ty WARSZAWA — MAJ 1934 R. ROK XIV

Polski Czerwony Krzyż

CENTRALNY ORGAN POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA
WYDAWNICTWO MIESIĘCZNE

CROIX ROUGE POLONAISE

ORGANE CENTRAL DE LA CROIX ROUGE POLONAISE
REVUE MENSUELLE

Komitet Redakcyjny: Dr. B. Zakliński, Leopold Rutkowski, doc. dr. Ludwik Zembrzuski. Redaktor: Z. Wołłowiczowa. Wydawca: Zarz. Głów. P.C.K.

Redakcja i Administracja: Warszawa, ul. Smolna 6, telefon Nr. 235-29, czynna codziennie od godziny 10 — 2 popołudniu. Konto w P. K. O. Nr. 10.540.
Prenumerata roczna 10 zł., zagranicą 2 dol.

CO TO SĄ ZIOŁA LECZNICZE?

Ziołami leczniczemi nazywamy rośliny (a w aptekach wysuszone części roślin, jak pąki, liście, kory, korzenie, kwiaty owoce, nasiona), które człowiek stosuje do leczenia swych cierpień. Używanie leków roślinnych jest przynajmniej tak stare jak rodzaj ludzki. Spotykamy je u wszystkich narodów kuli ziemskiej zarówno u dzikusów jak i najbardziej cywilizowanych. Ilość gatunków roślin używanych w lecznictwie na całym świecie przekracza 10000 tysięcy, a w samej Polsce możemy naliczyć przeszło 200.

Medycyna ludowa posługuje się prawie wyłącznie roślinami nietrującemi. Jeśli czasem używa roślin trujących, to tylko do użytku zewnętrznego. Naukowa medycyna stosuje rośliny nawet najbardziej trujące (Aconitum, Digitalis, Belladonna, Hyoscyamus), ale tylko w małych dawkach i pod ścisłą kontrolą lekarską. Rośliny trujące mogą być sprzedawane tylko do aptek, a wydawane z nich jedynie za receptą lekarza.

Mówiąc w dalszym ciągu o „ziołach leczniczych", będziemy rozumieli pod tem wyłącznie rośliny nietrujące używane w lecznictwie. Zioła lecznicze nie zawsze są w ścisłem tego słowa znaczeniu lekami, do których człowiek zwraca się dopiero, gdy go cierpienie zwali z nóg. Częstokroć są to środki djetetyczne, które stosujemy jako przyprawy i używki codzienne, albowiem czynią one nasze pokarmy smaczniejszemi oraz ułatwiają ich trawienie. Kminek, koper, pietruszka, czosnek, cynamon, gwoździki, imbir, szafran i t. d., które kupujemy w sklepach spożywczych, znajdują się również w aptekach jako leki.

W Anglji, Francji lub Włoszech pijają zamiast herbaty rumianek, melissę lub kwiat lipowy, a jako przypraw kuchennych używają mięty, szałwji, tymianku, ruty, które u nas uchodzą za zioła apteczne. Jeśli mało używamy pokarmów roślinnych, lub jeśli naszej przeładowanej naogół mięsem djety nie potrafimy należycie uzupełniać i normować, to psuje się nasza gospodarka zdrowotna i musimy odwiedzać lekarza i aptekę. Dlatego wiele ziół leczniczych odgrywa rolę uzupełniaczy naszego codziennego pożywienia, dostarczając nam potrzebnych soli mineralnych i prowitamin.

W końcu XIX wieku, gdy wspaniale rozbudowany przemysł niemiecki począł zalewać świat swojemi specyfikami chemicznemi i rozwinął szaloną reklamę tych środków — o ziołach zaczęto zapominać i lekceważyć je. Sądzono, że w laboratorjach chemicznych uda się sztucznie wytworzyć wszelkie niezbędne dla człowieka leki. Niestety okazało się, że daleko nie zawsze te środki są zbawienne, a przy dłuższem użyciu mogą częstokroć być wręcz szkodliwe. Dopóki panował dobrobyt, a do rozporządzenia cierpiących były sanatorja, specjalne djety, — owe chemikalja wystarczały. Gdy jednak wybuchła wojna, a z nią głód, nędze i epidemje, przekonano się, że trzeba powrócić do dawnych leków roślinnych. Już od



Ludność przynosząca zebrane zioła lecznicze do hurtownika w Kurzeńcu Wileńskim.

roku 1915 we wszystkich krajach wojujących, nie wyłączając Niemiec, rozwinęła się szeroka propaganda w kierunku zbierania i hodowli roślin leczniczych. Powstały specjalne urzędy, zajmujące się zbieraniem ziół i propagandą zielarstwa, zakładano plantacje rządowe roślin leczniczych, wydawano dziesiątki broszur i ulotek. Ludność chętnie powróciła do znanych sobie starych leków roślinnych.

Dziś widzimy we wszystkich krajach Europy nawrót do lecznictwa ziołowego, a lekarze, którzy jeszcze przed wojną wyśmiewali zioła jako „babskie leki", zaczynają się niemi interesować i zapisywać je. Na rynku lekarskim istnieją dziś setki różnych mieszanek ziołowych, a liczni znachorzy, którzy leczą ziółkami mają częstokroć powodzenie większe niż najpoważniejsi lekarze.

To rozpanoszenie się znachorstwa jest zjawiskiem wielce niepożądanem, ale winni są temu lekarze, którzy się lekami roślinnemi zbyt mało interesują i nie potrafią lub nie chcą ich w praktyce stosować. Przedewszystkiem zaś winne są nasze uniwersytety, które z programu studjów usunęły botanikę, farmakognozję, chemję farmaceutyczną, dzięki czemu młodzi lekarze wychodzą z uniwersytetu bez podstawowych wiadomości o roślinach lekarskich.

Tymczasem nawet wśród ziół krajowych mamy liczne środki o różnorodnem działaniu leczniczem przy jednoczesnym braku w nich własności trujących. O to kilka przykładów:

1) przeczyszczające: kruszyna, jagody szakłaku, przestęp;

2) moczopędne: jałowiec, pietruszka, wilżyna, pączki i liście brzozowe, mącznica;

3) wykrztuśne: pierwiosnek, mydlik, połonicznik, komosa;

4) napotne: kwiat lipowy, kwiat bzowy, maliny, bratki;

5) przeciwbiegunkowe: czernice, kurze ziele, wężownik, pięciornik, szałwja;

6) poprawiające trawienie: oman, dzięgiel, tatarak, tysiącznik, trójliść, krwawnik;

7) kojące boleści: mięta, rumianek, melissa, macierzanka, nostrzyk;

8) śluzowe i powlekające: prawoślaz, siemię lniane, ślazik, żywokost;

9) kojące nerwy: walerjana, chmiel, bylica, lubczyk;

10) przeciwreumatyczne: tawuła, kora wierzbowa, pączki topolowe, porzeczka czar.



Krajanie ziół w składzie N. Tarasiejskiego w Święcianach.

Swoistych ziół przeciwko chorobom zakaźnym niema.

Należy pamiętać, że zioła lecznicze—podobnie jak pokarmy—są wtedy tylko dobre, gdy są świeżo zebrane, dobrze wysuszone i przechowane. Zioła stare, stęchłe lub zwietrzałe nie tylko nie będą pożyteczne, ale mogą być szkodliwe. Naparów ziołowych nie robi się na zapas lecz przyrządza się za każdem użyciem świeże. Rośliny świeże mają częstokroć lepsze działanie niż wysuszone. Takie kuracje świeżemi sokami roślin można prowadzić w lecie.

Obecnie przemysł chemiczno-farmaceutyczny wyrabia utrwalone przetwory ze świeżych zupełnie roślin. Noszą one w handlu nazwy intraktów, glikointraktów utrwalonych soków roślinnych i t. p.

Zainteresowanie ziołami wzrasta z roku na rok, zarówno w Polsce, jak i zagranicą, a jednocześnie z tem wzrasta popyt na zioła

i ceny na nie. Dlatego produkcja (zbiór lub hodowla) ziół może się stać przemysłem dochodowym, zwłaszcza dla drobnych gospodarzy wiejskich ,obarczonych liczną rodziną, którą można wykorzystać przy tego rodzaju pracy. Zbieranie ziół nie jest pracą ciężką lecz wymaga nadzwyczajnej staranności i wielu rąk roboczych, których nie można zastąpić maszynami. Wszak przy zbiorze rumianku, dziewanny lub tysiącznika nie pomoże nam ani kosa, ani żniwiarka, bo tu trzeba codziennie wybrać tylko rozwijające się kwiaty lub rośliny, a następnie przebrać je starannie i wysuszyć. Czynność taką potrafi wykonać podrastające dziecko lub starzec. Wobec dużego nakładu ręcznej pracy przy zbieraniu roślin leczniczych przemysł ten może być mało popłatnym dla przedsiębiorstw korzystających z najemnego robotnika, zwłaszcza gdzie on jest drogi (np. w okręgach przemysłowych). Duże majątki mogą na większą skalę uprawiać tylko takie rośliny, do których uprawy można stosować pracę mechaniczną (siewniki, opiełacze, żniwiarki, kopaczki, sieczkarnie, młocarnie). Do takich roślin np. należy gorczyca biała i czarna,

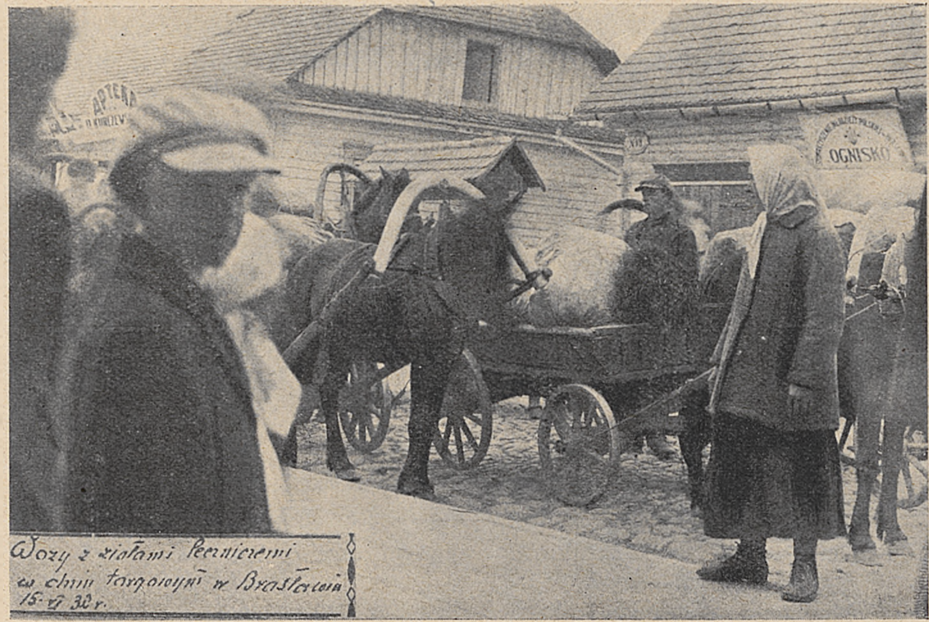


Trzy handlarki na Świętojańskim targu ziołowym w Wilnie.

soja, kminek, anyż, drapacz, kolender, estragon, kozieradka, nostrzyk. Już malwa, dziewanna, rumianek, mięta, melisa, prawoślaz, dzięgiel, żywokost, walerjana, szałwja, majeranek, lawenda, hyzop, które wymagają starannego ręcznego zbioru i przebierania nadają się raczej dla gospodarstw drobniejszych o typie warzywniczo - ogrodniczym.

Zbiór dzikorosnących roślin może się rozwijać i opłacać tylko w tych okolicach, gdzie jest sporo lasów, zarośli, pastwisk, ugorów i nieużytków, albowiem na takich terenach spotykamy właśnie bogatą i różnorodną florę lekarską. Takiemi terenami są właśnie nasze Kresy północno-wschodnie i niektóre zakątki w Małopolsce i Kongresówce. Gęsto zaludniony i uprzemysłowiony Śląsk oraz stojące na wysokim poziomie rolnym Poznańskie może tylko rozwinąć uprawę roślin leczniczych. Jeśliby ktoś sprobował tam nawet zapoczątkować — w wyjątkowo sprzyjających warunkach — zbiór dzikorosnących ziół, to będzie go to kosztowało jednak drożej niż mieszkańca Kresów, gdzie robocizna jest 50 do 60% tańsza niż w Poznańskiem. Przy tak częstej u Wielkopolan energji oraz pracowitości i tam się takie próby mogą udać, podobnie jak miało to miejsce do ostatnich czasów w Belgji, Saksonji, Bawarji oraz Francji.

Dziś na Kresach północnych mamy już kilka ośrodków (Święciany, Brasław, Kurzeniec), zajmujących się skupem od wiejskiej ludności miejscowych ziół dzikorosnących. Przyjeżdżająca na targi tygodniowe ludność przywozi te zioła w stanie świeżym lub wysuszonym. Przedsiębiorstwa skupujące te zioła mu-



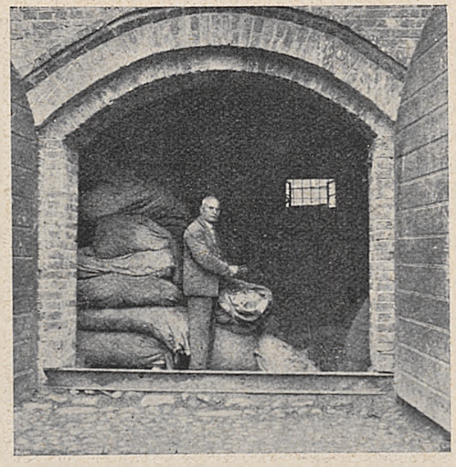
Wozy z ziołami leczniczemi w dniu targowym w Brasławiu 15-VI 30 r.

szą mieć jednak własne suszarnie, gdzie ostatecznie materjał dosuszają, a później muszą go jeszcze starannie sortować i oczyszczać.

Przyuczyć gdziekolwiek ludność wiejską do zbierania ziół jest bardzo łatwo. Cała tajemnica polega na tem, że wskazane zioła trzeba odrazu kupować, płacąc gotówką. Jeśli nie zorganizujemy skupu ziół na miejscu, to bezcelowe jest urządzanie kursów, odczytów, pogadanek, bo na własne ryzyko nigdy ludność wiejska ziół zbierać nie będzie.

Dziś Wileńszczyzna eksportuje około 500000 kilogramów ziół rocznie. Większość tych ziół rozchodzi się w kraju, część jednak idzie zagranicę (Niemcy, Belgja, Holandja, Anglja).

Dziś sprawa ziół jest modną i zaciekawia wiele osób. Jednych interesuje działanie lecznicze, a drugich sprawa zbioru lub hodowli. Otóż każda dziedzina, którą pragniemy gruntownie poznać i opanować wymaga wytrwałej pracy i silnej woli. Przedewszystkiem trzeba się z danem



Skład ziół firmy N. Tarasiejski w Święcianach.

zagadnieniem poznać na podstawie istniejącej literatury, następnie przeprowadzać na małą skalę próby, a w miarę zdobywanego doświadczenia z roku na rok rozszerzać swój program pracy. Uprawę roślin leczniczych należy rozpoczynać od 1 — 3 gatunków, na kilku do kilkunastu grządkach. Gdy zdobędziemy już doświadczenie i potrafimy sami wyhodować potrzebne nasiona i sadzonki, wtedy przystępujemy dopiero do uprawy na większą skalę. Istniejący od kilku lat w Warszawie (ul. Długa Nr. 16, P.P.T.F.) Polski Komitet Zielarski skupia osoby interesujące się zielarstwem oraz służy im radą i wskazówkami.

Na zakończenie przytaczam spis ważniejszej literatury o roślinach lekarskich, w którym każdy może znaleźć interesujące go tematy.

Literatura o roślinach leczniczych:

1) J. Biegański — Zioła lecznicze.
2) J. Biegański — Nasze zioła i leczenie się niemi. Warszawa, 1924.
3) Dr. J. Lypa — Phytoterapja (roślinne środki lecznicze). Warszawa, 1933.
4) J. Muszyński — Zioła lecznicze i kuracje ziołowe. Warszawa, 1930.
5) J. Muszyński i W. Strażewicz — Soja. Wilno, 1933.
6) W. Strażewicz — Hodowla roślin lekarskich. Wilno, 1926.
7) W. Strażewicz — Nasze rośliny lekarskie.
8) J. Dobrowolski — Uprawa roślin lekarskich. Warszawa.
9) N. Tarasiejski — Słownik polsko-łaciński ziół lekarskich. Święciany, 1933.
10) T. Panicz — Liczniczi rostini (po ukraińsku). Lwów, 1924.

Jan Muszyński

Prof. Uniw. Stef. Batorego Wilno.

Choć niewidzialne a szukać go należy

Zaiste w wielkiej pogardzie było i jest jeszcze dotychczas u nas powietrze. Oto żona powie czasem mężowi po burzliwej scenie małżeńskiej: „od tej chwili nie widzę cię; jesteś dla mnie „kolumną powietrza".

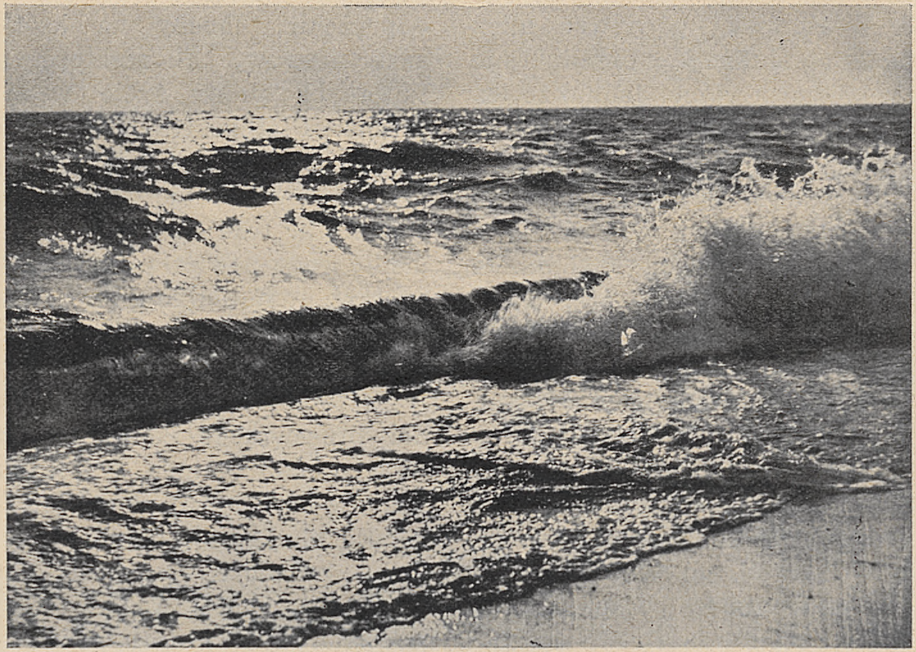
Rzeczywiście, powietrze jest niewidoczne, nie można go ująć w garść, ani zważyć (poza pracownią fizyczną), a, co najważniejsze, nie posiada żadnej wartości wymiennej.

Dopiero w r. 1776 chemik francuski Lavoisier podał chemiczny skład powietrza i drogą analizy chemicznej wyjaśnił zjawisko procesów spalania, odbywających się ustawicznie w tkankach naszego ustroju.

Późniejsze studja badawcze nad mechanizmem oddychania u człowieka dorosłego wykazały, że podczas spokoju wykonywa on 16—19 oddechów na minutę; że ilość powietrza, wprowadzonego do płuc w ciągu 1 min. wynosi 4—7 litrów, a podczas pracy fizycznej wzrasta do 50 litrów.

Bardzo łatwo zapomocą zwykłego mnożenia przekonać się, że człowiek dorosły wprowadza do swych płuc w ciągu doby około 8 tys. litrów powietrza! Wynika stąd jasno, że jakość powietrza, którem oddychamy, ma niesłychane znaczenie dla naszego zdrowia. Nie chodzi nam tutaj o większą lub mniejszą zawartość tlenu, bowiem tylko w wyjątkowych warunkach (łódź podwodna, znaczna wysokość i t. p.) ilość jego może okazać się niepokojąco niska. W warunkach życia codziennego daleko ważniejszą rolę odgrywają różne zanieczyszczenia powietrza. Obfitego materjału dla sążnistych trenów żałosnych dostarczyć mogą własności powietrza na ulicach i w mieszkaniach wielkiego miasta.

Ta sama benzyna, która przeniosła naszego słynnego lotnika Skarzyńskiego do antypodów, w postaci wydyszyn samochodowych zatruwa niewielkiemi dawkami krew mieszkańców miasta. Wprawdzie nasze miasta znajdują się dotychczas w lepszych pod tym względem warunkach od zachodnioeuropejskich. Ale właśnie dlatego, że znajdujemy się dopiero w przededniu rozwoju lokomocji automobilowej, należałoby poważnie zastanowić się, jak możliwie skutecznie zapobiec grożącej pladze. Np. Warszawa zaczyna rozwijać sieć komunikacji autobusowej. Czy nie nastała przeto odpowiednia chwila, aby zdecydować: autobusy czy elektrobusy? Bo później, gdy impreza autobusowa pochłonie większe wkłady, względy natury ekonomicznej zamkną drogę do odwrotu na czas dłuższy.



Fale Bałtyku.

Drugą trucizną powietrza wielkomiejskiego, bardziej aktualną w naszych warunkach, są kurz i sadza. Tworzą one jakby welon nad miastem, przez który trudno przecisnąć się dobroczynnym promieniom słonecznym. Sanitarne znaczenie kurzu polega przedewszystkiem na tem, że, dostając się wraz z powietrzem do dróg oddechowych, może je drażnić. Płuca, podlegające mocnemu zakurzeniu, są mniej odporne na różne choroby, przedewszystkiem na gruźlicę. Szkodliwość kurzu miejskiego zależy w znacznej mierze od spornej ilości cząsteczek kwarcu, którego źródłem są ścierane ustawicznie przez koła i kopyta końskie bruki granitowe. Są to szkodliwości o działaniu raczej mechanicznem. Ale kurz odgrywa jeszcze pozatem doniosłą rolę epidemjologiczną. Pyłki kurzu są jakgdyby miniaturowemi wehikułami, na których bakterje odbywają swą wędrówkę od człowieka do człowieka, gdyż same nie unoszą się w powietrze.

W powietrzu mieszkań, racjonalnie sprzątanych przy pomocy elektrycznych odkurzaczów jest kurzu mniej, ponieważ w tem spokojnem powietrzu opada on znacznie szybciej. Oczywiście, rzecz ma się zupełnie odwrotnie w mieszkaniach, uprzątanych staropolskim sposobem, zwłaszcza, jeżeli zgodnie z tradycją znajduje się w nich dużo firanek, draperji i różnych cacek.

W mieszkaniach, głównie w porze zimowej, gdy wietrzenie zwyczajowo ulega znacznemu ograniczeniu, są groźne jeszcze inne zanieczyszczenia powietrza. Są to wprawdzie przeważnie nieznaczne domieszki silnie trującego jednak gazu, zwanego tlenkiem węgla. Zdradliwy ten gaz nie daje znać o sobie ani barwą ani zapachem, Jest on głównym składnikiem trującym gazu świetlnego, który na szczęście posiada woń specyficzną. Tlenek węgla wytwarzać się może nawet wtedy, gdy spalanie odbywa się przy zupełnie dostatecznym dopływie powietrza: wystarczy postawić na silnie buchający płomień, dajmy na to, duży imbryk, napełniony zimną wodą. Również pewne niebezpieczeństwo przedstawiają piece zwykłe i kuchenne o metalowej nawierzchni. Bowiem silnie rozgrzane żelazo posiada własność pochłaniania wytwarzającego się podczas palenia tlenku węgla, który później, po ostygnięciu pieca, ulatnia się nazewnątrz. Niewielkie ilości tlenku węgla w powietrzu mieszkaniowem mogą wywoływać przewlekłe stany chorobowe, których przyczyna właściwa przeważnie uchodzi uwagi mieszkańców. Są to uporczywe bóle głowy, brak łaknienia, znaczna drażliwość nerwowa.

Więc co począć? W mieszkaniu niedobrze, na ulicy też niedobrze. Może przechadzki w wielkiem mieście utraciły zupełnie swój sens? Co się tyczy mieszkań, trzeba je często i gruntownie przewietrzać. Ostatecznie doszliśmy do przekonania, że najskuteczniej wietrzy się pomieszczenie nie zapomocą jakichś wentylatorów, kanałów wyciągowych i t. p., lecz przez zwykłe otwieranie okien.

Właściwości powietrza ulicznego poddaliśmy poprzednio nieżyczliwej krytyce. Jednakże jest to powietrze wolnej przestrzeni, naświetlone przez słońce, znajdujące się w ustawicznym ruchu. Ten ruch powietrza, zmiany jego temperatury są czynnikiem, hartującym naszą skórę. Tylko że nie można nazwać przechadzką gorączkowego biegania po sklepach i biurach w celu czynienia zakupów lub załatwiania codziennych interesów. Przechadzka, pomijając okoliczność, że daje ona nam dobroczynne ćwiczenia fizyczne, powinna być celowo zamierzonem poszukiwaniem najlepszego powietrza, słońca i odprężenia, choćby na krótki czas, nerwów, tak nielitościwie targanych przez życie współczesne. Dlatego też mieszczuch nie może poprzestać na leniwem dreptaniu w obrębie granic swego miasta. Jeśli tu niema zupełnie dobrego powietrza, trzeba je znaleźć gdzieś dalej. Powietrze wiejskie, górskie — to ostatecznie nic nowego dla nas.

Za to powietrze morskie jest dla przeciętnego Polaka czemś, jeszcze mało znanem. A jest ono idealnie czyste; nawet powietrze górskie nie jest tak czyste. Jeżeli pobyt na morzu przynosi nam wyzdrowienie lub odmłodzenie i zahartowanie ciała, to zawdzięczamy ten dobroczynny skutek przedewszystkiem jego czystości. Do tej zasadniczej właściwości powietrza morskiego dołączają się jeszcze dodatkowe czynniki, które w znakomity sposób potęgują działanie klimatu morskiego: obecność soli w powietrzu, wiatr morski i słońce.

Prześliczny jest widok naszego Bałtyku, gdy na jego intensywnym granacie łagodny wietrzyk naszywa puszyste białe baranki! Nasze morze jest nietylko bramą wypadową dla polskiej ekspansji gospodarczej. Jest ono w odpowiednim sezonie prawdziwą krynicą zdrowia.

Dr. med. J. Trzebiński.

Służba Sanitarna Kolei Polskich

Wobec zbliżającej się pory wyjazdów letnich na urlopy i wakacje ruch pasażerski na kolejach będzie chwilowo znacznie zwmożony. Zdarzają się często w czasie podróży wypadki i zasłabnięcia, uważamy przeto za stosowne podać naszym czytelnikom trochę wiadomości o Służbie Zdrowia Polskich Kolei Państwowych.

Polskie Koleje Państwowe zdobyły sobie zasłużoną sławę punktualnością, dobrą organizacją ruchu, wreszcie pięknemi wagonami polskiej konstrukcji.

Służba sanitarna obejmuje:

1) czuwanie nad stanem sanitarnym terenu, budynków i taboru kolejowego,

2) organizowanie ratownictwa i szkolenie w ratownictwie personelu kolejowego,

3) badania lekarskie i psychotechniczne personelu,

4) Opieka lekarska nad personelem.

Bezpośredni nadzór nad stanem sanitarnym terenu, budynków stacyjnych i mieszkalnych, wszelkich miejsc pracy, bufetów, studni, taborów i t. d. mają lekarze rejonowi, prócz tego Naczelnicy Dyrek. Wydz. Sanitarnych, względnie lekarze sanitarni przeprowadzają rewizje sanitarne całej Dyrekcji.

W celu zapewnienia natychmiastowej możliwej pomocy dla poszkodowanych w czasie przejazdu lub wypadku, istnieje kolejowe pogotowie ratunkowe.

Urządzenie pogotowia polega na tem, że wszystkie stacje, miejsca pracy i pociągi zostały zaopatrzone w skrzynki ratunkowe, zawierające najpotrzebniejsze środki opatrunkowe i lecznicze. Dla przygotowania odpowiednich kadr ratown. pracowników kolejowych, urządzane są odpowiednie Kursy Ratownicze; wyszkoleni pracownicy tworzą drużyny ratownicze, obowiązane przed przybyciem lekarza zaopiekować się poszkodowanym i okazać mu doraźną pomoc.

Prócz tego każda Dyrekcja Okręgowa P. K. P. została zaopatrzona w pewną ilość specjalnych wagonów ratunkowych, które wysyłane są w miarę żądania na miejsce wypadku pociągami ratunkowemi.

Oprócz badań lekarskich dokonywane są badania psychotechniczne, mające na celu: 1) badania naukowe z dziedziny psychotechniki, 2) badania pod względem psychotechnicznym wszelkich rodzajów pracy na P. K. P. i warunków tej pracy w celu jej udoskonalenia, 3) badania przyczyn wypadków kolejowych i wskazywanie środków zapobiegawczych ze stanowiska psychofizjologji, 4) badania dla celów służbowych pracowników P.K.P. i kandydatów do służby.

Przyjmowanie i badanie chorych odbywa się w Przychodniach Kolejowych. Oprócz tego dla zaopatrywania przychodni i szpitali w lekarstwa i materjały opatrunkowe istnieją trzy składnice centralne i 15 aptek kolejowych.

Przyznanie Lidze Czerwonych Krzyży wielkiej honorowej nagrody ratownictwa

Przed paru tygodniami Narodowy Ratowniczy Związek Francuski i Międzynarodowy Związek Ratownictwa przyznali Lidze Czerwonych Krzyży wielką honorową nagrodę ratownictwa, jako dowód uznania za humanitarne usługi oddane ludzkości przez 58 narodowych towarzystw Czerwonego Krzyża, będącemi członkami Ligi. Nagroda przedstawia wspaniały puhar z sewrskiej porcelany ofiarowany specjalnie na ten cel przez Prezydenta Rzplitej Francuskiej. Nagroda została wręczona dwom Wice - Prezesom Rady Głównej Ligi podczas uroczystego posiedzenia odbytego dnia 25 marca.

Dnia tego Francuski Narodowy Związek Ratownictwa wręczał również nagrody za czyny odwagi, związane z ratownictwem, Związek bowiem dokłada wszelkich starań aby jaknajbardziej propagować wśród ludności zamiłowanie do ćwiczeń z dziedziny ratownictwa.

Pan Conill, Wice-Prezes Rady Gł. Ligi wyraził głęboką wdzięczność za ten wielki zaszczyt i za uznanie wykazane Lidze za wysiłki, mające na celu ulżenie cierpieniom ludzkości.

Mówca podkreślił, że Liga zrodzona z tych wielkich klęsk, które nawiedziły ludzkość bezpośrednio po Wielkiej Wojnie — starała się wszelkiemi sposobami przyczyniać się w miarę możności do humanitarnej pracy, prowadzonej przez te zrzeszenia i instytucje, które w pierwszym rzędzie zajęły się ratowaniem życia ludzkiego.



Puhar wielkiej nagrody ratownictwa.

Narodowe Czerwone Krzyże wykazują wielkie zainteresowanie tą działalnością, niektóre Czerwone Krzyże same szkolą ratowników, w krajach zaś w których istnieją specjalne zrzeszenia powołane do akcji ratowniczej — Czerwone Krzyże z niemi współpracują, ponieważ Czerwony Krzyż uważa ratownictwo, jako zadanie pierwszorzędnej wagi.

Czerwony Krzyż i Ratownictwo stanowią koncepcje tak rdzennie altruistyczne i tak wzniosłe w swem ujęciu, iż wymagają one ogromnego poświęcenia i wielkiej odwagi od tych jednostek, które idą służyć tej idei z zupełnem zaparciem się siebie w imię dobra ludzkości.

Liga Czerwonych Krzyży stykała się już niejednokrotnie z Międzynarodowym Związkiem Ratownictwa. Obecnie dar tego wspaniałego puharu będzie podany do wiadomości wszystkich narodowych Czerwonych Krzyży, członków Ligi. Będą one głęboko wzruszone tym dowodem uznania dla wspólnego dzieła wielkiej Rodziny Czerwonokrzyskiej, i w uznaniu tem będą czerpały zachętę i natchnienie dla dalszej pracy.

Przemówienie swe zakończył pan Conill w następujących słowach:

„W imieniu wszystkich Czerwonych Krzyży proszę Związek o przyjęcie wyrazów wdzięczności Ligi za ten wielki dowód uznania, który będzie nietylko zachętą w dalszej pracy lecz również potwierdzeniem zgodnej łączności istniejącej pomiędzy instytucjami, które obrały sobie jako ideał łagodzenie cierpień ludzkości".

POLSKI CZERWONY KRZYŻ PRZY PRACY

OKRĘG PODLASKI.

Władze Naczelne P. C. K. w Siedlcach i w Łukowie.

W końcu zeszłego miesiąca Komisja Okręgowa Kół Mł. P. C. K. w Siedlcach zaprosiła Władze Naczelne P.C.K. do Siedlec i do Łukowa.

Pani Anna Paszkowska, Sekretarz Generalny P.C.K., pan Minister A. Kühn, Prezes Komisji Główn. Kół Mł. P.C.K. i Dr. B. Zakliński, Naczelny Dyr. P.C.K. przyjechali do Siedlec, gdzie zwiedzili w świetlicy Kół Młodzieży wystawę prac Kół Siedleckich.

Przy wejściu do świetlicy najmłodsza członkini Koła Młodzieży przy b. Gimn. Zembrzuskiej powitała pana Ministra Kühna, wręczając mu podarunek w postaci bloku-notesu, wykonanego przez Koło.

Po powitaniu nastąpiło zwiedzanie wystawy — każde z Kół miało stoisko na którem demonstrowało swój kilkoletni dorobek. Pan Minister Kühn i przedstawiciele Zarz. Gł. szczegółowo oglądali wystawione przedmioty i zadawali przewodniczącym Kół pytania na temat działalności poszczególnych Kół.

Po zwiedzeniu wystawy — goście obejrzeli dokładnie całą posesję P.C.K. i stan prowadzonych robót remontowych, poczem nastąpił odjazd do Łukowa.

W Łukowie podczas Akademji P.C.K. zorganizowanej na tę uroczystość nastąpiło wręczenie odznak honorowych P. C. K. III-ej klasy Panu Dr. Studzińskiemu, Prezesowi Odziału, p. Wł. Chabrowskiemu — Skarbnikowi, p. Kaz. Waszczókównie — Sekretarce Oddziału oraz pani Marji Mikulskiej, opiekunce Koła Młodzieży. Następnie odbyło się uroczyste wręczenie aparatu fotograficznego Kołu Młodzieży P. C. K., jako pierwsza nagroda za album korespondencji międzyszkolnej, nadesłany na konkurs ogłoszony zeszłej jesieni przez Komisję Gł. Kół Młodzieży P. C. K. na najpiękniejszy album korespondencji międzyszkolnej.

Styczniowy numer P.C.K. zawierał wzmiankę, że pierwszą nagrodę za najlepiej obmyślony i najstaranniej ułożony album otrzymało Koło przy gimnazjum żeńskiem w Łukowie za bardzo oryginalny i pomysłowy album, zawierający niezmiernie ciekawe próbki bogactw naturalnych Polski.

Po wręczeniu aparatu fotograficznego nastąpiła koncertowa część Akademji, w której szczególnie ładnie wypadła deklamacja „Ody do Młodości" Mickiewicza, w wykonaniu plastyczno-wokalnem.



Władze naczelne P. C. K. w Siedlcach.

Wręczenie Nagrody Kołu w Sokołowie.

Dnia 29 zeszłego miesiąca odbyło się w Sokołowie Podlaskim uroczyste wręczenie Kołu Młodzieży P.C.K. przy szkole powszechnej Nr. 1, 5-ej nagrody w postaci książki uzyskanej na konkursie albumu korespondencji międzyszkolenj w Warszawie.

Na uroczystość powyższą przyjechali z Siedlec przewodn. Komisji Okręgowej — Sędzia Piesiewicz oraz Inspektor Okręgu K. Kobuz. Z miejscowych władz był obecny cały Zarz. Oddziału P.C.K. w Sokołowie, Inspektor szkolny, przedstawiciel starostwa, nauczyciele, rodzice dzieci należących do Koła Młodzieży i zaproszeni goście.

Prezes miejscowego Oddziału P. C. K. dr. Wyszomirski podziękował zebranym za liczne przybycie, co świadczy o wielkiem zainteresowaniu pracami młodzieży w Kołach P.C.K. Następnie przemawiał prezes Komisji Okręgowej sędzia Piesiewicz podkreślając dodatnią działalność Kół Młodzieży. Nastąpiło wręczenie nagrody przewodni-



Drużyny ratownicze P. C. K. w Bydgoszczy.

cżącej Koła, która w pełnych prostoty słowach złożyła podziękowanie oraz sprawozdanie z dotychczasowej działalności i pracy Koła.

OKRĘG POMORSKI.

Z działalności Oddziału P. C. K. w Grudziądzu.

Na terenie miasta Grudziądza rozwija intensywną działalność 16 drużyn ratowniczych P.C.K.: przy zarządzie miejskim, Zakładach Miejskich, Elektrowni, Gazowni i Rzeźni, Państwowych Zakł. Monopolu Tytoniowego, przy miejscowych Zakładach Przemysłowych i Organizacjach P. W. i W. F.

Dzięki wydatnej pracy organizacyjnej p. Kpt. Dr. Michniewicza, Szefa Sanitarnego Drużyn Ratowniczych, P.C.K., działalność Drużyn na terenie Grudziądza wykazuje godne rezultaty a praca organizacyjna postępuje naprzód sprawnie i sprężyście.

Na jesieni roku zeszłego zorganizowano kurs instruktorski, egzamin końcowy zdało 16 kandydatów.

W marcu r. b. L.O.P.P. zorganizowała na wielką skalę marsz w maskach przeciwgazowych, z ramienia Oddziału P.C.K. wzięło udział w pokazie 6 drużyn ratowniczych z następującym wynikiem:

Pierwsze miejsce zajęła żeńska drużyna P.C.K. Państwowego Monopolu Tytoniowego.

Drugie miejsce zajęła żeńska drużyna P.C.K. komb.Zakładów Miejskich i Sokoła żeńskiego.

Pierwsze miejsce zajęła drużyna męska P.C.K. Związek Rezerwistów.

Drugie miejsce zajęła drużyna męska P.C.K. Elektrowni Miejsk.

Trzecie miejsce zajęła drużyna męska PCK. Zarz. Miejskiego.

Czwarte miejsce zajęła drużyna męska PCK. Rzeźni Miejskiej.

OKRĘG KALISKI.

Drużyny ratownicze P.C.K. w Koninie.

Oddział Polskiego Czerwonego Krzyża w Koninie rozwinął ostatnio bardzo ożywioną działalność w zakresie szkolenia drużyn ratowniczych PCK.

Przed paru tygodniami odbyło się w lokalu Konińskiego Oddziału Polskiego Czerwonego Krzyża uroczyste wręczenie świadectw z ukończenia Kursu Drużyny Ratowniczej P. C. K. Wykłady prowadzili pp.: Lekarz Powiatowy dr. Mieczysław Czerwiński oraz instruktorzy Wiktor Uniejewski i Włodzimierz Sznejder.

Kurs ukończyło 12 słuchaczy i 10 słuchaczek. Kurs trwał 4 miesiące i obejmował szereg podstawowych wiadomości z zakresu pielęgniarstwa, ratownictwa i Obrony Przeciwgazowej.

W uroczystości wręczania świadectw wzięli udział przedstawiciele Okręgu Kaliskiego P. C. K. pp.: Wiceprezes Okręgu p. płk. Dobrzański i Inspektor kpt. M. Chomicz.

Miarą poparcia ze strony miejscowego społeczeństwa poczynań Oddziału jest fakt, że posiada on około 300 członków, co na ogólną cyfrę jedenastu tysięcy ludności Konina wynosi prawie 3% ogółu mieszkańców.

Niedawno odwiedzili Oddział delegaci Okręgu P.C.K. w Kali-



Drużyny ratownicze P. C. K. w Bydgoszczy.



Poświęcenie sztandaru P. C. K. w Brodnicy.

szu, którzy po zapoznaniu się z pracą Oddziału, stwierdzili, że Oddział w Koninie, pod przewodnictwem pani Starościny p. Weingartenowej wyróżnia się dodatnio w pracach Polskiego Czerwonego Krzyża.

Kursy Przeciwgazowe dla Nauczycielstwa i Młodzieży.

Warszawska Komisja Okręgowa Kół Młodzieży P.C.K. zorganizowała szereg Kursów Ratownictwa ogólnego i przeciwgazowego dla Nauczycielstwa oraz młodzieży szkół średnich i powszechnych na terenie Warszawy. Ostatnio odbyła się uroczystość zakończenia kursu dla nauczycieli; kurs ukończyło 48 uczestników, którzy po przesłuchaniu wykładów przeszli kilkudniową praktykę w szpitalach miejskich i wojskowych. Odbyły się również końcowe egzaminy dla uczestników kursu młodzieży szkolnej; kursy te ukończyło około 2.500 młodzieży płci obojga.

Polski Czerw. Krzyż projektuje zorganizowanie podobnych kursów również z początkiem roku szkolnego, celem objęcia akcją przeszkolenia w ratownictwie ogólnem i przeciwgazowem jaknajszerszych rzesz młodzieży. Kierownikiem kursu z ramienia P.C.K. jest mjr. dr. Fiumel.

Z pracy Kół Młodzieży Polsk. Czerw. Krzyża.

Według ostatnich obliczeń na terenie całej Polski istnieje obecnie ok. 2.300 Kół Młodzieży P. C. K. grupujących 120.000 członków. W roku bieżącym utworzono przeszło 300 nowych Kół.

OKRĘG KIELECKI.

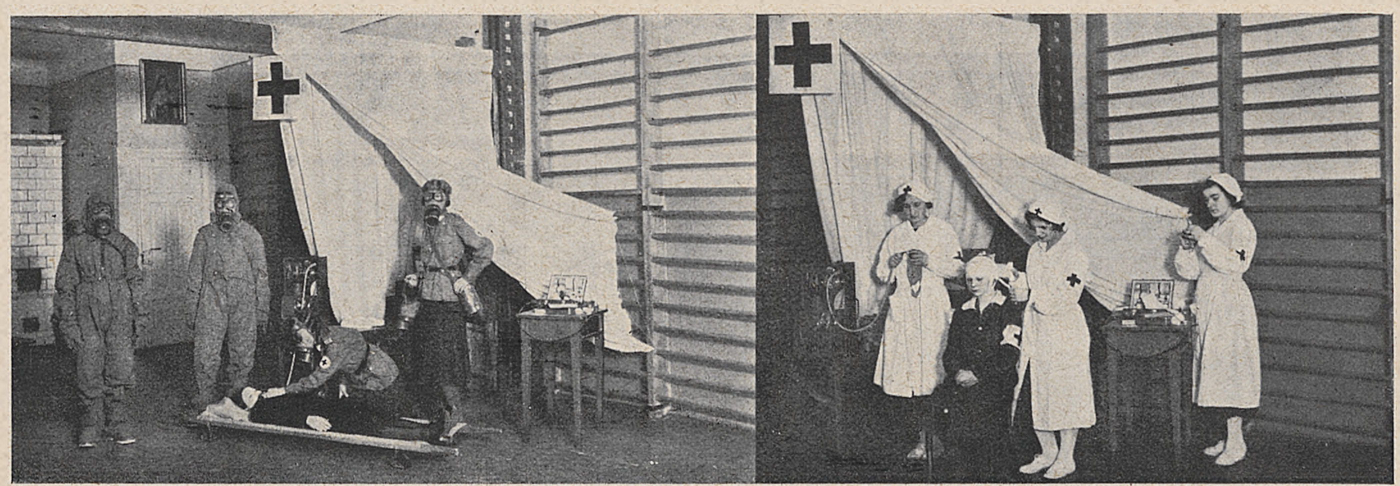
Koła Młodzieży w Radomiu.

Koło Młodzieży P. C. K. przy gimn. im. Konopnickiej w Radomiu, zorganizowało piękny pokaz ratownictwa ogólnego i przeciwgazowego dla licznie zebranych delegatów młodzieży wszystkich Kół radomskich. Pokaz udał się znakomicie i wykazał sprawność młodych ratowniczek.

OKRĘG LWOWSKI.

Koła Młodzieży w Stanisławowie

Koło Młodzieży P. C. K. przy szkole im. św. Alojzego w Stanisławowie pracuje b. wydajnie i pomimo trudnych warunków materjalnych rozszerza coraz bardziej swoją działalność. Praca Koła cieszy się w Stanisławowie zasłużonem uznaniem. Niedawno odbyło się w Szkole posiedzenie Koła w obecności p. Inspektora, kilkunastu kierowników szkół i wielu nauczycieli. Zainteresowanie, wykazane



Pokaz rat. ogól. i przeciwgazowego zorganizowany w Radomiu przez Koło Mł. przy gimnazjum im. Konopnickiej.

przez ciało nauczycielskie było bardzo wielkie, młodzież doskonale się wywiązała ze swego zadania, odpowiadała b. rzeczowo na zadawane jej pytania i udzielała informacyj o swojej pracy, szerząc w ten sposób propagandę haseł Czerw. Krzyża.

Sekcja dożywiania w Kole przy szkole św. Alojzego wydaje codziennie od 125 do 130 śniadań, składających się z kubka kawy i kawałka chleba, oprócz tego dożywia tranem 48 dzieci.

Ze względu na szerzący się tyfus brzuszny — Koło urządziło szereg pogadanek z dziedziny ochrony zdrowia przed chorobami infekcyjnemi i przestrzegania czystości. Sekcja Zdrowotna prowadzi konkursy zdrowia.

Koło uprawia b. usilnie korespondencję międzyszkolną wewnątrz kraju.



Koło w Koniecpolu przy szyciu bielizny dla najuboższych.

Koła Młodzieży P.C.K. na terenie Okr. Wileńskiego.

Praca Kół Młodzieży powstałych na terenie Okręgu Wileńskiego znacznie się rozszerzyła i posuwa się ku coraz większemu zrozumieniu idei Czerwonokrzyskiej.

Na terenie Wilna pracują bardzo wydajnie 23 Koła Mł. PCK., w Okręgu liczba Kół wynosi 67. Dzięki poparciu Inspektora Szkolnego p. Starościaka, prezesa Kom. Okr. i p. płk. Kozierowskiego v.-prezesa, Koła pracują z wielkim zapałem.

Wzrosła w znacznej mierze inicjatywa członków w poszczególnych działach pracy. Sekcje samarytańskie, zwłaszcza w Kołach żeńskich, działają bardzo energicznie, w tym dziale pracy przoduje gimn. SS. Nazaretanek w Wilnie, które opiekuje się pięcioma rodzinami na peryferjach miasta, zaopatrując je w artykuły spożywcze, odzież i t. p. prócz tego Koło to urządziło wilję dla tych rodzin i przyniosło dużą paczkę z odzieżą i słodyczami dla dziatwy bezrobotnej przy Uniwersytecie Robotniczym.

Koła Młodzieży przy szkołach powszechnych organizują przedstawienia i loterje, przeznaczając dochody na zakup bucików, pończoch, bielizny i t. p. dla ubogich. Pozatem młodzież b. chętnie organizuje odczyty, kursy ratownictwa, konkursy czystości i zdrowia. Gimnazjum Adama Mickiewicza ma dobrze wyszkoloną drużynę.

Z Kół prowincjonalnych wyróżniają się pracą Koła: w Snowiu, Wiazyniu, Dzisnie, Bućkach, Głębokiem, Nieświeżu i Pogorzelcach.

Koło w Snowiu ma własną cieplarnię i prowadzi hodowlę kwiatów i roślin lekarskich, oraz pracownię robót ręcznych, ponieważ kwiaty i roboty są starannie wypielęgnowane i wykonane, Koło ma stałych nabywców, a zyski ze sprzedaży przeznacza na zorganizowanie obozu letniego oraz wycieczki do Rumunji.

Koło w Snowiu ma ukończony kurs ratownictwa, a dziewczęta nawet odbyły praktykę w wojskowym szpitalu KOP.

Koło w Wiazyniu prowadzi gorliwą propagandę w celu organizowania Kół młodzieży w najbliższej okolicy.



Koła Mł. P. C. K. w Stanisławowie.
Sekcja dożywiania. Pierwsza pomoc.

„Czerwonokrzyska Gazetka Szkolna".

Koło Młodzieży P. C. K. przy szkole powszechnej Nr. 30 w Wilnie wydaje od paru miesięcy Czerwonokrzyską Gazetkę Szkol-



Święto Matki w Brodnicy.

ną, zawierającą drobne artykuły i przeróżne wiadomości i sprawozdania z pracy Kół i Oddziałów. Zewnętrzna szata Gazetki przedstawia się bardzo skromnie, jako arkusz drukowany na powielaczu. Na pierwszej stronicy pod tytułem mieści się napis:

„Redakcja czynna jest w dzień i w nocy".

„Wychodzi kiedy chce".

W ostatnim numerze z dnia 7. 4. r. b. czytamy następujący wierszyk:

Koledzy.
Wpłacajcie regularnie składki,
Bo mamy bardzo duże wydatki:
Trzeba sztandar obstalować,
Dług w Komisji uregulować,
— Dać koszulki i majteczki,
No, i wreszcie dwie wycieczki.
A Gazetka też kosztuje,
Nikt jej darmo nie drukuje.

Młodzież Czerwonokrzyska uprawia pracę na zagonkach.

Komisja Główna Kół Młodzieży P. C. K. przekazała Komisji Okręgowej Warszawskiej obszerny teren, obejmujący około 4-ch mórg, położony na Grochowie, pod uprawę zagonków dla Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża na Pradze.

Młodzi Członkowie Kół Młodzieży P.C.K. oddają się z wielkiem zamiłowaniem tej pracy, spędzają po kilka godzin dziennie na swoich zagonkach i hodują z wielką starannością kwiaty i warzywa.

„Dzień Matki" na terenie całej Polski.

W dniu 27 maja r. b., jako w ostatnią niedzielę tego miesiąca, odbędzie się na terenie całej Polski „Dzień Matki", organizowany od szeregu lat przez młodzież Polskiego Czerwonego Krzyża.

Idea „Dnia Matki", mająca na celu rozwinięcie uczuć miłości dziecka do matki i wykazanie jej poświęcenia, zawierająca zatem ważne z punktu widzenia społeczno-wychowawczego pierwiastki, znajduje wśród naszej młodzieży coraz większe zrozumienie i zainteresowanie.

Podczas gdy w latach ubiegłych obchody miały charakter raczej lokalny, to już w roku zeszłym uroczystości zorganizowane zostały przez wszystkie niemal Koła młodzieży P. C. K. w całej Polsce, w większych miastach zaś odbyły się przy udziale przedstawicieli władz i organizacyj społecznych.

W roku bieżącym „Dzień Matki" obchodzony będzie jeszcze uroczyściej, przyczem w akcji tej weźmie udział szereg organizacyj młodzieży. W poszczególnych miejscowościach powstają już lokalne komitety, które opracowują program akademij, odczytów, pochodów, prelekcyj radjowych i t. d.

Należy podkreślić, że w roku ubiegłym p. Prezydent Rzeczypospolitej, doceniając znaczenie „Dnia Matki", skreślił specjalny aforyzm następującej treści: „Dzieci, kochajcie i szanujcie matki wasze. Tą miłością rosną i szlachetnieją serca wasze". Idea „Dnia Matki" zyskała już sobie popularność w szeregu krajów, w szczególności zaś w Czechosłowacji, Niemczech, Włoszech i Stanach Zjednoczonych.

Z działalności Kolumn Dezynfekcyjno-Kąpielowych Oddziału Warszawskiego P.C.K.

Oddział Warszawski P. C. K. podjął w roku ubiegłym niezmiernie ważną akcję niesienia pomocy sanitarnej bezrobotnej ludności Warszawy oraz oczyszczania mieszkań zaniedbanych.

Zarząd Oddziału Warszawskiego nadesłał do Zarz. Gł. P. C. K. sprawozdanie z tej ciekawej pracy. Zostało stwierdzone zapomocą wywiadów, że stan higjeniczny rodzin bezrobotnych jest wprost rozpaczliwy. Mieszkają oni w ciemnych i wilgot-

nych suterenach, pozbawionych światła słonecznego. W ciasnej izbie gnieżdżą się nieraz dwie i trzy rodziny. Brud jest wprost przerażający. Robactwo, wszy, pchły, karaluchy — znajdują się prawie wszędzie w ogromnych ilościach.

Oddział Warszawski po porozumieniu się z Wydziałem Zdrowia i Opieki Społecznej Magistratu, z Funduszem Pracy, Państwowym Zakładem Higjeny i Obywatelskim Komitetem Opieki Społecznej — uruchomił dwie Kolumny Dezynfekcyjno-Kąpielowe, które pracowały od maja do pierwszej połowy listopada ubiegłego roku. Kierownictwo, całej tej akcji odkażająco-oczyszczającej dokonywanej przez kolumny P.C.K. objął z ramienia P. C. K. major dr. Ludwik Wirszyłło, Członek Zarządu Oddziału Warszawskiego P.C.K. Koszta związane z uruchomieniem i pracą Kolumn pokrywane były częściowo z wpływów od Dep. Sł. Zdrowia, Min. Opieki Społecznej, Funduszu Pracy, Wydziału Opieki Społecznej Magistratu częściowo od Komitetu Obywatelskiego Pomocy Społecznej, który podawał adresy mieszkań, gdzie miała być dokonywana akcja sanitarna.

Oddział Warszawski poza organizacją i nadzorem nad całokształtem pracy podjął rozdawnictwo bielizny rodzinom bezrobotnym, miesięcznie na sumę zł. 750. Personel obu kolumn składał się z 8 osób. Kierownikami kolumn byli w początkowym okresie pracy studenci medycyny, dezynfektorki i dezynfektorzy rekrutowali się z pośród członków drużyn ratowniczych, odpowiednio wyszkolonych. Uruchomiono ,,półciężarówkę" Oddziału, która przewoziła obie Kolumny na miejsce pracy, a niekiedy wobec dalekiej przestrzeni, dzielącej miejsce zamieszkania rodzin bezrobotnych od kąpieliska przy ul. Spokojnej 15 — i niemożności przebycia tej drogi wskutek choroby, wycieńczenia organizmu, starości i t. p. samochód ten przewoził ludność do kąpieliska i odwoził zpowrotem do domów.

Niesienie pomocy sanitarnej rodzinom bezrobotnych szło w nast. kierunkach:

1) polepszenie warunków higjenicznych, 2) wskazania profilaktyczne, 3) udzielanie pomocy w naturze.

Kolumny dokonywały dezynfekcji, dezynsekcji i oczyszczania mieszkań, przytem nauczały ludność o sposobach pozbawienia się robactwa i t. p. Ogółem zgłoszono 365 mieszkań, w których przeprowadzenie akcji sanitarnej okazało się niezbędne.

Pożyteczna ta i niezmiernie doniosła akcja ustała na początku zimy, lecz ma być wkrótce ponownie podjęta.

Okręg Warszawski przy udziale Zarządu Głównego urządził w roku ubiegłym wycieczkę dla prasy, która zapoznała się z pracą Pol. Czerw. Krz. w tym zakresie i wyraziła swoje uznanie w licznych artykułach.

Polski Czerwony Krzyż w Belgji.

Pan Czesław Sławski, delegat Polskiego Czerw. Krzyża w Belgji rozszerza swoją działalność coraz bardziej i dzięki umiejętnie prowadzonej progagandzie zyskuje wśród wychodźtwa polskiego w Belgji coraz większą ilość członków Polskiego Czerwonego Krzyża. Niedawno na życzenie Dyrektora kopalń w Chatelineau — pan Sławski wygłosił odczyt dla tamtejszej licznej kolonji polskiej. Po odczycie liczba członków P.C.K. powiększyła się o kilkanaście osób. Obecnie ilość członków na terenie Belgji wynosi 720 osób.

Pan Sławski nadesłał do Zarz. Gł. P.C.K. ciekawe sprawozdanie o odbytym w Brukseli dnia 4 marca r. b. pierwszym zjeździe Prezesów i Komendantów Oddziałów Podokręgu Związku Strzeleckiego. Bruksela.

Na zjazd zjawiło się ogółem 26 delegatów z 13 Oddziałów. Na zjeździe byli obecni między innemi pan Konsul F. Chiczewski, pan attaché poselstwa — Szujski, pan attaché Konsular-



Zjazd prezesów i Komendantów Polskiej Org. Strzeleckiej w Brukseli. Siedzą w środku Kom. Ścięgosz, Konsul Chiczewski, delegat P. C. K. Sławski

ny — Krasicki i pan Delegat Czerw. Krzyża — Sławski.

Zebranie oddało hołd pamięci zmarłego tragicznie króla Belgji Alberta I. Następnie — pan Konsul Chiczewski wygłosił przemówienie w którem streścił historję Związku Strzeleckiego, podkreślając piękne cnoty pierwszych twórców organizacji i zasługi położone w wywalczaniu niepodległości o ojczyznę. Następnie przemówił pan Sławski — delegat P.C.K. podkreślając humanitarną działalność reprezentowanej przez siebie organizacji i obowiązek współpracy z nią innych organizacyj a szczególnie Związku Strzeleckiego.

Zarząd Podokręgu złożył następnie krótkie lecz treściwe sprawozdanie z którego wynika, że na terenie Belgji jest 17 Oddziałów Zw. Strzel. Liczba członków ewidencyjnych wynosi 700 osób w tem do 370 ćwiczących. Niemal każdy Oddział posiada własną świetlicę i boisko sportowe, przyczem Oddziały są zaopatrzone w zasadniczy sprzęt sportowy i posiadają skromne bibljoteczki. Związek organizuje często imprezy sportowe o mistrzostwo, oraz uroczystości i obchody narodowe.

Po odczytaniu sprawozdania Zarządu — pan Konsul Chiczewski, jako jeden z fundatorów 30-tu pięknych nagród indywidualnych i zespołowych, przyznanych zwycięzcom z ostatnich zawodów sportowych, wręczył je, gratulując nagrodzonych strzelców i nagrodzone Oddziały. Na nagrody złożyły się następujące przedmioty: stopery, apteczki polowe, zegarki, bibljoteczki, pantofle z kolcami do biegu, wieczne pióra, szachy, globusy, portfele, walizki i t. p.

W wolnych wnioskach jednomyślnie uchwalono wysłać adresy hołdownicze do Pana Prezydenta R P., Pana Marszałka, Prymasa Hlonda, Posła R.P. w Brukseli oraz do Króla Belgów Leopolda III.



Dr. rat. P.C.K. w Czarnkowie.

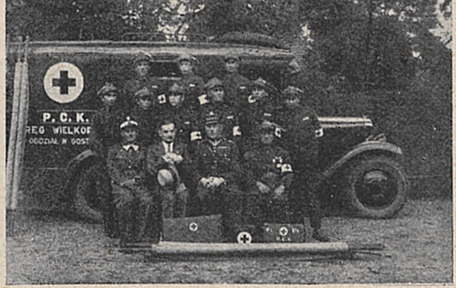
Zarząd Główny P.C.K. organizuje Kurs dla Instruktorów Drużyn Ratowniczych P. C. K.

Dnia 4 Maja rozpoczął się w Warszawie Kurs Ratownictwa i Obrony Przeciwgazowej dla Instruktorów Drużyn Ratowniczych P. C. K. organizowany przez Zarząd Główny P.C.K. Kurs odbywa się w Szkole Gazowej na Marymoncie. Na kurs przybyło 33 kandydatów z Okręgów PCK. z całego terenu kraju.



Dr. rat. P.C.K. w Krotoszynie.

Po przesłuchaniu wykładów i odbyciu ćwiczeń praktycznych, absolwenci kursu organizować będą na poszczególnych terenach Drużyny Ratownicze Polskiego Czerwonego Krzyża. Wszyscy uczestnicy kursu przeszli poprzednio przeszkolenie na kursach dla Instruktorów II-ej kategorji.



Dr. rat. P.C.K. w Gostyniu.

Posiedzenie Komitetu Gł. P.C.K.

Dnia 12 maja r. b. odbyło się w Warszawie, pod przewodnictwem hr. Henryka Potockiego, posiedzenie Komitetu Gł. P.C.K., na którem powzięto szereg uchwał, dotyczących spraw organizacyjnych i budżetowych, oraz przyjęto sprawozdanie i bilans za r. 1933 i poprawki do budżetu na rok 1934.

Walne Zebranie P.C.K.

W dn. 13 b. m. odbyły się w lokalu Warsz. T-wa Wioślarskiego obrady dorocznego Walnego Zgromadzenia Polskiego Czerwonego Krzyża, przy udziale delegatów P.C.K. z całej Polski. Władze państwowe reprezentował Delegat Rządu dla spraw P.C.K., płk. dr. Adolf Jacewski. W obradach uczestniczyli ponadto przedstawiciele Zarządu Gł. LOPP. i Polsk. Białego Krzyża. Po zagajeniu obrad przez Prezesa Zarządu Gł. P.C.K., Min. Ludwika Darowskiego, ukonstytuowało się Prezydjum, w skład którego weszli: jako przewodniczący — prof. dr. Jurasz — Prezes Zarz. Okręgu P. C. K. z Poznania, Dr. Talhejm z Białegostoku oraz Sędzia Piesiewicz z Siedlec. W toku obrad rozpatrzono i zatwierdzono roczne sprawozdanie P.C.K. za r. 1933, bilans za r. 1933, program prac i preliminarz budżetowy na rok 1934, wreszcie wybrano 10 nowych członków Komitetu Gł. oraz ich zastępców. Zebrani wystosowali depesze powitalne do I Marszałka Polski, Józefa Piłsudskiego, Pana Prezydenta Rzeczypospolitej — Protektora P. C. K., oraz do P. Prezesa Rady Ministrów.

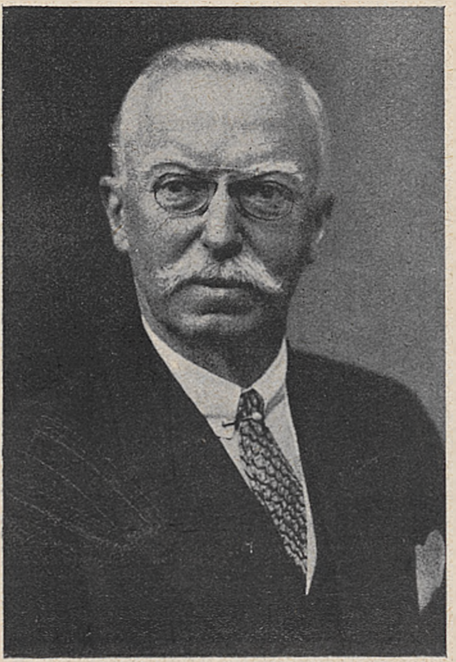
Nowy członek honorowy P. C. K.

Walne Zgromadzenie P. C. K. nadało p. Emilowi Gerlachowi — Prezesowi Towarzystwa Przeciwgruźliczego, w uznaniu jego długoletnich zasług na polu pracy społecznej oraz pracy w Polskim Czerwonym Krzyżu, godność Członka Honorowego Polskiego Czerwonego Krzyża.

Komitet Główny P. C. K. już na posiedzeniu swem w dniu 16 grudnia 1933 r. postanowił wnieść na Walne Zebranie wniosek o nadanie godności Członka Honorowego PCK. p. E. Gerlachowi — Członkowi Komitetu Gł.

P. Anna Paszkowska — Sekretarz Generalny PCK., zaznaczyła w swem przemówieniu, jak wielkie są zasługi p. Gerlacha, który od szeregu lat pracuje społecznie z prawdziwem poświęceniem, nie szczędząc swego zdrowia i czasu, bądź to w instytucjach walki z gruźlicą, przyczyniwszy się bardzo wybitnie do utworzenia w Rudce sanatorjum, które może służyć przykładem i wzorem dla innych instytucji, tego rodzaju, bądź w szpitalu ewangelickim, jako Prezes T-wa Przeciwgruźliczego, i t. d., i t. d.

Od chwili założenia Polskiego Czerwonego Krzyża p. Emil Gerlach stanął w szeregach Komitetu Głównego, niosąc czynny udział w Zarządach, Komisjach, w delegacjach międzynarodowych, Kuratorjach i t. p.—Praca ta trwa od lat 15-tu i trudno by było ją podsumować. Podkreślić



P. Emil Gerlach
nowy Członek Honorowy P.C.K.

jednak należy przedewszystkiem wartości natury moralnej, cechujące tak wybitnie osobę p. E. Gerlacha: wielka żarliwość w pracy, obok skromności i wysokiej kultury, które to czynniki sprawiają, że umie stwarzać wokoło siebie atmosferę sprzyjającą owocnej pracy.

Komitet Główny uznał jednomyślnie, że p. Emil Gerlach dobrze się zasłużył Czerwonemu Krzyżowi i pragnąc utrwalić jego nazwisko na liście zasłużonych w Polskim Czerwonym Krzyżu, przedstawił go do godności Członka Honorowego PCK.

Sprawozdanie z działalności Polskiego Czerwonego Krzyża za rok 1933-ci.

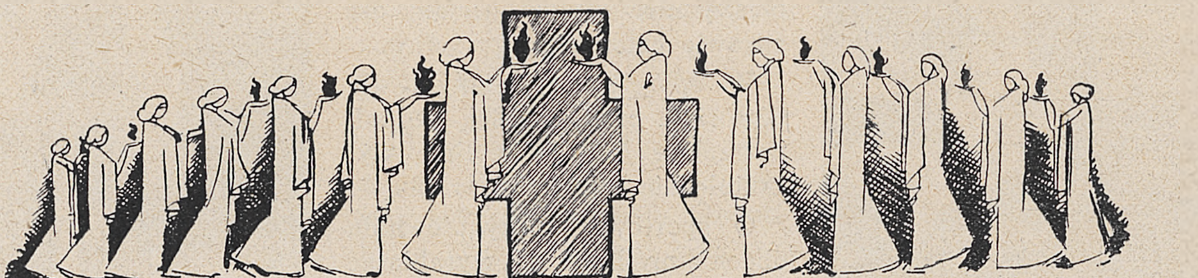
Zarząd Główny Polsk. Czerw. Krzyża wydał w roku bieżącym, za przykładem lat ubiegłych, sprawozdanie z działalności Polskiego Czerwonego Krzyża za rok 1933 zawierające również ciekawe wyciągi, dotyczące rozwoju pracy w poszczególnych Okręgach i Oddziałach.

Sprawozdanie obejmuje najważniejsze przejawy działalności naszej instytucji w różnych zakresach i stanowi cenny materjał informacyjno-propagandowy, dający możność zapoznania się z całokształtem pracy Czerwonego Krzyża na terenie całej Polski.

Wobec tego byłoby bardzo pożądane, aby wszystkie Okręgi i Oddziały zaopatrzyły się w powyższe sprawozdanie, przedstawiające w treściwej i rzeczowej formie istotny dorobek pracy Polskiego Czerwonego Krzyża.

Cena za 1 egzemplarz wynosi 1 zł. bez kosztów przesyłki.

Do nabycia w Biurze Zarządu Głównego P.C.K.



ZDROWIE i URODA

Pierwsza pogadanka sportowa. Sport dla kobiet.

Romantyzm naszych prababek przybrał nowe formy. Kobiety nowoczesne zatrzymały po swych babkach tęsknotę do gwiazd i prawdopodobnie dlatego bujają tak chętnie areoplanem po niebieskich przestworzach.

Współczesnej kobiecie nie jest obca obsługa kajaka, którym swobodnie pruje fale wód, lub też skromne wycieczki trzecią klasą wraz z nartami i plecakiem, oraz entuzjazm i zapał do wyczynów sportowych.

Co to jest sport? Jakie ma cele? Są to problemy obecnie absorbujące całe nowe pokolenie.

Celem sportów jest rozwój fizyczny człowieka, wartości psychicznej jednostek, a tem samem całego narodu.

Od czasu wojny cała Europa jest chora na rozstrój nerwowy, jedynem więc odrodzeniem jej będzie sport jako rozwój fizycznych sił i psychicznych wartości nowoczesnego człowieka.



Przed kąpielą.

Do tego celu prowadzą rozmaite drogi i rozmaite gałęzie sportów.

Sport w jakiejkolwiek formie jest zawsze piękny, jest żywym symbolem ruchu i życia.

Najszlacnetniejszym sportem jest lekkoatletyka, a więc narty, pływanie, wioślarstwo, boks, tenis, piłka nożna, łucznictwo i t. d.

Zwłaszcza to ostatnie daje możność kobiecie rozwinięcia swego talentu nieomal do artyzmu. U nas w Polsce zdobyła kobieta rekord światowy.

Jednym z najpiękniejszych sportów jest taternictwo, które w obecnych czasach stało się tak bardzo popularne.

W każdym sporcie nietylko rozwija się jakaś część ciała, lecz również charakter i przymioty, jak odwaga ,dzielność, siła woli i t. d.

żyjemy w epoce rozkwitu wszystkich sportów. Niestety sport obecnie staje się modą i jak każda moda bywa bezkrytyczny ,częstokroć nawet szkodliwy. Należy odróżnić sport uprawiany dla przyjemności, który stał się naturalnym lekarstwem dla człowieka, od sportu zawodowego sportowców, gdyż wszelkie treningi wielogodzinne muszą mieć wpływ ujemny dla zdrowia człowieka.

W sporcie uprawianym dla zdrowia i przyjemności, jednak potrzebne jest racjonalne wykształcenie w tym kierunku.

O sportowem przygotowaniu obecnie myśli szkoła, wyrabiając indywidualne siły i zdrowie dziecka.

Cały szereg osób pomiędzy lat 20 — 60, skrzywdzonych przez dawne wychowanie, zabiera się do wyczynów sportowych, bez wyszkolenia i przygotowania, przynosząc sobie więcej krzywdy niż pożytku.

Jaskrawe przykłady obserwować można w Zakopanem, gdzie całe szeregi starszych pań bez żadnej zaprawy sportowej, tylko w pięknych, bajecznie dobranych szatkach, starają się „szaleć” na nartach, w ten sposób pragną udowodnić swoją młodość i nie wycofanie się poza nawias życia.

Naturalnie, zrażone niemożnością pokonania trudności, ze zniechęceniem rzucają w kąt narty, częstokroć opłacają swą nieumiejętność i nieuctwo, ciężką chorobą lub kalectwem.

Sport w miarę uprawiany daje zdrowie, co ma decydujący wpływ na zewnętrzny wygląd nadając twarzy wyraz świeżości, przyczynia się do estetyki ruchów i sprawności całego orga-



Młode Amerykanki lotniczki.

Obecnie nasuwa się pytanie, jaki sport dla kobiet jest odpowiedni. Na to trudno dać szablonową odpowiedź. Przedewszystkiem trzeba indywidualizować i wybór sportu uzależnić od sił fizycznych, zdrowia, wieku, upodobań, pory roku, warunków, oraz aktywności natury (konstrukcji psychicznej). Jednej będzie odpowiadała i „zrobi" do twarzy rakieta tenisowa, innej łuk, a znowu innej dysk. Mylnem jest rozpowszechnione mniemanie, że pewne sporty, jak np. kolarstwo lub brutalny boks, szermierstwo są dla kobiet niedostępne, czy nawet wręcz szkodliwe. Niema sportów brutalnych, są tylko brutalni wykonawcy.

Każdy sport jest zdrowy o ile jest racjonalnie uprawiany.

Ogólne wskazania są następujące: 1) nie należy uprawiać żadnego sportu, nawet pokojowej gimnastyki, bez porady i kontroli lekarza.

2) kierować wyczynami sportowemi winien nauczyciel-fachowiec. Obecnie wydział wychowania fizycznego daje materjał ludzki nieocenionej jakości wyszkolony w tym kierunku.

3) Nie wolno bez zaprawy sportowej rozpoczynać żadnego sportu,

4) sport winien być uprawiany indywidualnie, zależnie od zdrowia ,wieku, upodobań i t. d.

5) Koniecznym warunkiem uprawiania sportu jest unikanie przemęczenia się. Wyczyn sportowy nigdy nie powinien być torturą, a tylko przyjemnością, zwłaszcza dla kobiet, które są nowicjuszkami w swym sporcie i w wielu wypadkach przeliczają się z wątłemi siłami fizycznemi i brakiem treningu.

Specjalnie dla kobiet są bardzo ważne wskazania, o których nie wolno zapominać, to jest przestrzeganie pewnych okresów w miesiącu, w którym wedle wskazań higjeny kobiety, nie należy nawet zdrowej kobiecie zbytnio się przeforsowywać.

Każda kobieta powinna powstrzymać się 2 — 3 dni w miesiącu od wyczynów sportowych, gdyż tego rodzaju lekkomyślne przekroczenia mogą dać fatalne skutki w postaci chorób kobiecych, anemji, neurastenji i wyczerpania fizycznego.

Nic tak nie krzepi nerwów, nie budzi radości życia, jak sport na świeżem powietrzu, odpowiednio dobrany.

Powietrze, słońce i woda, są to najdzielniejsi kosmetycy życia codziennego. Z tą ewangelją wzrasta obecnie nowe, młode i zdrowe pokolenie.

Dr. J. Świtalska.

Sport dla Młodzieży

Jak rozwiązać zagadnienie Wychowania Fizycznego.

Znakomity znawca wychowania fizycznego we Francji Jerzy Hebert umieścił niedawno w miesięczniku Ligi Czerw. Krzyży niezmiernie ciekawy w ujęciu, przeznaczony dla członków Czerwonego Krzyża Młodzieży artykuł o wychowaniu fizycznem i o tem, jak winno być traktowane, aby stać się prawdziwem źródłem nietylko tężyzny fizycznej, lecz również siły i odporności moralnej.

Od kilku lat dają się słyszeć na całym świecie ostrzegawcze głosy wybitnych wychowawców i społeczników, twierdzących, iż sport uprawiany w warunkach obecnych, zawiódł oczekiwania, zarówno pod względem fizycznym, jak i moralnym. Sport nie jest szkodliwym sam przez się, przeciwnie, jest czynnikiem wychowawczym ale w dobrem lub złem tego słowa znaczeniu zależnie od tego, jak bywa pojęty i uprawiany.

Uprawiany wadliwie sport przedstawia niejedno niebezpieczeństwo, niebezpieczeństwo fizyczne, o ile nie liczy się z siłami danej jednostki i przemęcza organizm, — niebezpieczeństwo społeczne, o ile przekształca się w przemysł widowisk sportowych, — niebezpieczeństwo moralne, gdy wyrabia ze sportowca podziwianego asa i wytwarza przesadny indywidualizm, wówczas gdy prawdziwy cel sportu powinien polegać na wzmocnieniu człowieka, aby zrobić z niego jednostkę zdrową i pożyteczną.

Ów pierwotny cel sportu posiada wielką doniosłość i jest konieczny dla zachowania przy uprawianiu sportów niezbędnego czynnika moralnego.

Powstaje pytanie: jak się zabrać do tej akcji odnowienia ducha sportowego? Przedewszystkiem należy dbać o to, by fizyczne wychowanie młodzieży było przeprowadzone w sposób pożyteczny i odpowiedni. Główne wytyczne należytego wychowania fizycznego winny być następujące:

Szerzenie wychowawczej doktryny o wysokim poziomie, zapewniającej nietylko pełny rozwój fizyczny, lecz urabiającej ludzi energicznych, zdrowych moralnie, zdolnych do uczuć altruistycznych.

Kształcenie lekkoatletyków zdatnych do wszystkich pożytecznych ćwiczeń, wyrabianie ich siły, zręczności i szybkości.

Chcemy urabiać ludzi, nie zaś championów. Chcemy współpracować w wielkiem dziele pedagogicznem, nie zaś urządzać widowiska.

Ale co istotnie rozumiemy pod wyrazem „wychowanie fizyczne"?

Istota ludzka nie jest wyłącznie organizmem fizycznym, posiada duszę i mózg. Wychowanie

fizyczne musi się z tem liczyć i nigdy nie wolno zapominać o ścisłej łączności istniejącej pomiędzy stroną fizyczną i moralną. Inaczej powstaje groźba zezwierzęcenia. Siła fizyczna zasługuje na pogardę, o ile nie podlega kontroli woli i jest pozbawiona bodźca energji i wyższego ideału.

W wychowaniu młodzieży nie można wyodrębniać trzech głównych czynników: kulturę fizyczną, kulturę męstwa i kulturę moralną.

Określamy zatem wychowanie fizyczne w sposób następujący: akcja metodyczna, stała, progresywna, rozpoczęta w dzieciństwie, trwająca aż do wieku dorosłego, mająca na celu osiągnięcie pełni fizycznego rozwoju i wzmożenie odporności organicznej. Urabianie zdolności w kierunku wszelkich ćwiczeń naturalnych i pożytecznych (chodzenie, bieg, skoki, podnoszenie ciężarów, rzuty, obrona osobista, pływanie i t. d.). Rozwój energji i innych męskich zalet, na koniec podporządkowanie tego wszystkiego co zostało nabyte w zakresie kultury fizycznej i moralnej wielkiej, górującej idei altruizmu.

Widzimy zatem, jak należy pogłębić zagadnienie wychowania fizycznego. Nie chodzi bowiem o luźne uprawianie sportów w wolnych chwilach lecz o ujęcie w czyn szerokiej syntezy, obejmującej:

a) metodę gimnastyczną, zapewniającą całkowity i pożyteczny rozwój fizyczny;

b) sposób życia zmierzający do tego, by zwiększyć odporność organizmu;

c) gry i sporty, umiejętnie dawkowane, sprzyjające wyrabianiu męskości, wytwarzające w ten sposób czynnik wychowawczy, nie zaś tylko cel;

d) kulturę moralną, nastawioną ku Dobremu.

Jak prosto i logicznie przedstawia się taka koncepcja wychowania fizycznego.

Zespół tych czterech głównych czynników: ćwiczenia, higjena, męskość, moralność — urabia ludzi pełnowartościowych, odpornych fizycznie i moralnie w myśl pięknego hasła:

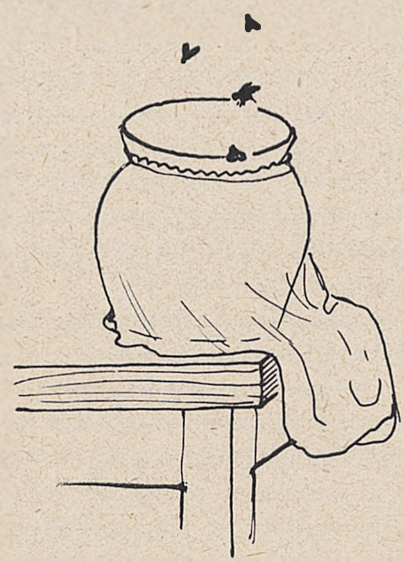
„Być silnym, aby stać się pożytecznym!"

Popierana przez nas metoda posiada jeszcze ogromną zaletę — może być stosowana wszędzie, bez wielkiego nakładu środków finansowych, wzbudzi ona niechybnie zrozumienie i zapał, zarówno uczni jak i nauczycielstwa.

HIGJENA DOMOWA

Walka z muchami.

Dlaczego walka? Czy koniecznie musimy tępić te owady, których winą jest może tylko to, że lubią łazić nam po czole, kiedy mamy ochotę na drzemkę. Niestety muchy potrafią nam nietylko dokuczać, ale ich zwyczaje zagrażają naszemu zdrowiu. W jaki sposób?



Muchołapka.
Gliniany garnek przykryty woreczkiem.

Są muchy, których ugryzienie staje się bezpośrednio przyczyną choroby; mucha „Tse-Tse" żyjąca w Afryce jest plagą dla hodowli bydła. U nas t. zw. mucha końska lub bydlęca jest postrachem tych zwierząt i od jej ukłucia opędzają się one starannie wywijaniem ogona i drganiami skóry.

Muchy domowe nie gryzą wprawdzie aż tak, aby wywołały chorobę lub ból, lecz przenoszą na naszą skórę na swoich łapkach olbrzymie ilości bakterji, z których wiele może spowodować chorobę.

Muchy są bardzo niewybredne co do swojego miejsca pobytu i łażą po wszelkich nieczystościach, siadają na kale i wszelkiej zgniliźnie. **Zgniły** zapach nęci je szczególnie podobnie jak **słodycz** i nieraz całymi rojami na takich miejscach żerują.

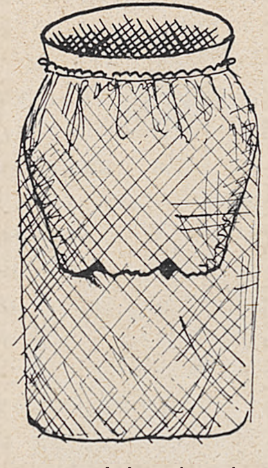
Łapy muchy zakończone są bardzo małemi haczykami, które wystarczają jednak, aby do nich przylgnęły zarazki, które potem zostaną np. na mięsie lub maśle, przeznaczonem do zjedzenia.

Walka z muchami powinna być przeprowadzona wszystkiemi sposobami, które podaje nam obserwowanie zwyczajów muchy.

Gospodynie, panie domu interesuje przedewszystkiem mucha zwyczajna, gdyż ona jest naszem utrapieniem. Odróżniamy 2 rodzaje muchy zwyczajnej: muchę **pokojową** i muchę **domową.**

Mucha pokojowa lubi światło i ciepło, dlatego przebywa chętnie gromadą w pobliżu płyty kuchennej lub lampy. Jeżeli w lecie zamiast palenia i rozgrzewania węglem płyty, używać bę-

dziemy palników gazowych, spirytusowych lub naftowych, unikniemy gromadzenia się much.



Gliniany garnek bez dna służy jako muchołapka.

Co zrobić jednak, jeżeli musimy przyrządzać potrawy używając płyty?

Przedewszystkiem unikać gromadzenia się odpadków potraw i obierzyn. Należy je usuwać natychmiast, aby gnijące ich części nie wabiły much swą wonią.

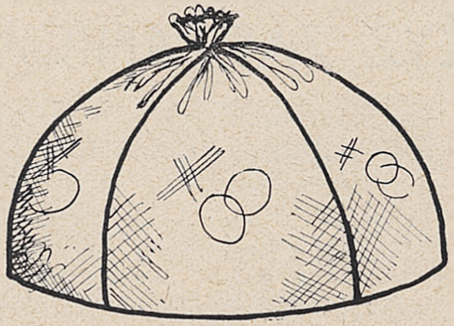
Otwarte w lecie okna zabezpieczyć gęstą siatką, ujętą w ramę, dokładnie pasującą do okna. Ramę wraz z siatką należy wyjmować 2 lub 3 razy dziennie dla dokładnego wywietrzenia kuchni. Dokładne wywietrzenie nastąpi tylko wtedy, jeżeli postaramy się o przeciąg. Muchy przeciągu także nie lubią i wraz z jego prądem opuszczają kuchnię.

Mucha domowa w przeciwieństwie do muchy pokojowej lubi zaciszne, ciemne kąciki. Należy tedy bardzo przestrzegać czystości właśnie w takich kącikach i wybielać je wapnem z dodatkiem ałunu. Wapnem dlatego, że muchy nie lubią jasnej barwy i wapno oraz ałun działają trująco.

Siedliskiem much bywają stajnie i gnojówki, t. zn. rozkładający się nawóz zwierzęcy. Gnojówki można polewać wapnem, które zapobiega gniciu, zabijając bakterje.

Zabezpieczywszy się od wtargnięcia much z zewnątrz przy pomocy siatki w oknach a nawet we drzwiach, starajmy się wnętrze naszego domu utrzymać bez much, pozbawiając życia te, które mimo ostrożności jednak tam się znalazły.

Zabijanie much przy pomocy „packi" jest sposobem brzydkim i niewłaściwym. Brzydkim, bo pozostawia ślady na czystych ścianach i meblach; niewłaściwym, bo zabiera dużo czasu. Aby zabawiać się „packaniem" much po ścianach trzeba mieć czas.



Ładny pokrowiec na klosz wykonany robotą ręczną.

Rozmaite reklamowane środki do rozpylania, które jakoby mają zabijać muchy, ich gąsieniczki i jaja są zwykle stosowane nie tak, jak trzeba. Nie należy zapominać, że środki te działają w ten sposób, że rozpylone w powietrzu zatykają owadom ich przewody oddechowe. Stanie się to tylko wtedy, jeżeli rozpylamy dany płyn w przestrzeni zamkniętej, nie dopuścimy dopływu świeżego powietrza i usuwamy natychmiast muchy, które opadły. W przeciwnym razie muchy tylko zostaną odurzone, a z dopływem świeżego powietrza pofruną znowu.

Muchołapki bywają rozmaite.

1. **Paski** papieru nasmarowane lepem są dosyć skuteczne, lecz powinny być często zmieniane, gdyż pozostawianie trupów muszych w cieple powoduje ich psucie. Masę do smarowania na lep można sobie przyrządzić w domu, rozgotowując 150 g kalafonji, 50 g oleju lnianego i 18 g miodu do odpwiedniej gęstości.

2. **Mieszanina** 2 łyżki **formaliny** i ½ l. **mleka** w płaskiem naczyniu z dodatkiem chleba.

3. **Grzyb** muchomor czerwony, nakrapiany, przypieczony na płycie kuchennej i zanurzony w mleku. (Naczynia z trutkami trzeba umieszczać tak, aby nie dosięgły ich dzieci).

4. Doskonałą muchołapką może być stary gliniany garnek bez dna, którego wnętrze smarujemy serem; do górnej krawędzi garnka przytwierdzamy woreczek, który skręcamy stawiając garnek na brzegu stołu. Muchy gromadzą się na serze. Od czasu do czasu przykrywamy pokrywką garnek i strącamy muchy do worka. Wieczorem zanurzamy worek w ukropie i wyrzucamy martwe muchy ptakom.

Aby zabezpieczyć produkty przed muchami, trzeba je przykrywać muszlinem lub kloszami, wykonanemi z siatki lub umieszczać w spiżarni w specjalnych szafkach, mających siatkowe drzwiczki.



Przykrywanie muchołapki pokrywką.

Do tego samego celu w pokoju służyć mogą ładne klosze, wykonane robotą ręczną przez gospodynie. Stelarz z drutu w kształcie kloszu; na nim ścianki, ozdobione robotą ręczną, napięte i przyszyte lekko podobnie jak przy abażurze do lamp i u góry związane, pokrowiec taki powinien zdejmować się do prania.

Walka z muchami, temi groźnemi roznosicielami chorób zakaźnych powinna się streszczać w następujących punktach:

1. Utrzymywać dom i ubikacje w czystości.

2. Zapobiegać wtargnięciu much do wnętrza.

3. Zabezpieczyć produkty przed muchami.

4. Tępić muchy.

Zabrudzenia spowodowane przez muchy na meblach i złoconych ramach obrazów można usunąć przy pomocy spirytusu.

CZERWONY KRZYŻ ZAGRANICĄ

Współudział Italskiego Czerwonego Krzyża w osuszaniu bagien Pontyjskich.

„Oto są bitwy, które najchętniej staczamy" powiedział Benito Mussolini w jednem ze swych licznych przemówień, wygłaszanych w trakcie osuszania i uzdrowotniania bagien Pontyjskich, tej "ziemi od wieków przeklętej" położonej w pobliżu Rzymu. Istotnie, bitwa staczana z inicjatywy niezłomnego Duce zdawała się przekraczać siły i umiejętność ludzką — zakończyła się jednak zwycięstwem, a w tem zwycięstwie odegrał wybitną rolę Italski Czerwony Krzyż.



Na rozległych moczarach, położonych niedaleko Rzymu i zwanych już w czasach starożytnych bagnami. Pontyjskiemi, panowały od wieków przerażające warunki sanitarne. Z nastaniem wiosny i upałów zabójcze wyziewy unosiły się w postaci oparów nad rozległemi moczarami, a straszna malarja (zimnica) uśmiercała rok rocznie tysiące osób. Roznosicielem tej okropnej choroby był specjalny gatunek komarów, zwanych z grecka „anophelesami". Olbrzymie ich ilości stanowiły groźne niebezpieczeństwo dla nieszczęśliwych mieszkańców tych zapowietrzonych okolic. W przeciągu ubiegłych wieków czyniono kilkakrotnie usiłowania, aby uzdrowić bagna Pontyjskie, lecz za każdym razem zadanie wydawało się zbyt trudnem do urzeczywistnienia i po nieudanych próbach przerywano rozpoczętą pracę.

Trzydzieści lat temu Italski Czerwony Krzyż rozpoczął o własnych siłach walkę z malarją, lecz brak środków nie pozwalał na odpowiednie rozwinięcie tej akcji, stosowano pewne paljatywy ale nie zmieniło to ogólnego stanu rzeczy.

Przed kilku laty Mussolini postanowił osuszyć bagna Pontyjskie i przywrócić rolnictwu ten rozległy szmat ziemi. Plan był odrazu lapidarnie nakreślony: osuszyć, odwodnić, założyć kolonje rolnicze, wybudować szereg nowych miast. Italski Czerwony Krzyż został powołany do wzięcia udziału w tej zaciętej walce z przyrodą. Należało stworzyć dla wielotysięcznej rzeszy robotników pracujących przy tem wielkiem dziele, oraz dla nowoprzybywających kolonistów rolnych, warunki sanitarne umożliwiające wykonanie olbrzymiego zadania.

Dziesiątki tysięcy ludzi zabrało się do pracy uparcie walcząc o każdą piędź ziemi, kopiąc ka-

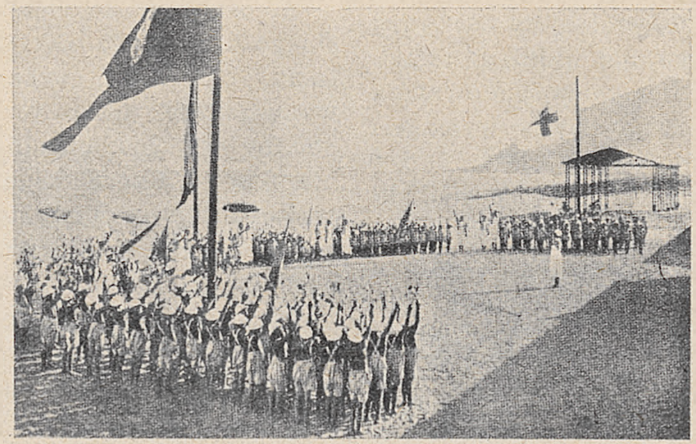
Mąż stanu niedbający o zdrowie narodu, którym rządzi – jest jako rękodzielnik, marnujący materjał, który musi urabiać.

MUSSOLINI.

nały, zakładając dreny, osuszając mokradła i bagna, tępiąc rozmaitemi sposobami chmary komarów. W miarę jak postępowała praca, koloniści brali w posiadanie osuszoną ziemię, orali, zasiewali, pieczołowicie ją uprawiali. Tam, gdzie przed paru laty ciągnęły się ponure moczary na których gnieździła się śmierć, widnieją uprawne pola i winnice. Całą tą odrodzoną okolicę ochrzczono nową nazwą: „Agro Pontino". Powstały również dwa nowe miasta „Littorja" i „Sabaudia". Trzecie, Pontinia, już się buduje.

Praca Italskiego Czerwonego Krzyża dzieliła się na 2 główne części: pomoc sanitarna, roztaczana nad ludnością pracującą i walka z komarami.

Walka z komarami obejmowała wszystkie najskuteczniejsze środki używane dla radykalnego tępienia tych owadów, czy to w postaci „larw" t. zn. zarodków, czy już w postaci wylęgłych komarów. Lekarze specjaliści byli przydzieleni do tej pracy. Mieli oni do swego rozporządzenia drużyny robotnicze wyspecjalizowane i tabor środków przewozowych dla personelu i dla niezbędnego materjału.



Dzieci na plaży w Littorji salutują sztandar z Cz. Krzyżem.

Wśród rozmaitych środków używanych dla tępienia larw stosowano najczęściej zalewanie powierzchni martwej lub stojącej wody substancją trującą dla „anophelesów", jak nafta, karburol i „zieleń paryska" specjalny preparat do którego wchodzą składniki smoły.

W walce z komarami w mieszkaniach używano specjalnych rozpylaczy elektrycznych, przy pomocy których rozpylano naftę „flit". W barakach zaś zamieszkałych przez robotników stosowano codziennie świece dymiące, niszcząc doszczętnie w ten sposób komary, które ukrywały się stale w mieszkaniach. Cała ta akcja tępienia i niszczenia komarów była prowadzona przez Italski Czerwony Krzyż z wielką energją i wytrwałością.

Pomoc sanitarna polegała na zabezpieczeniu ludności robotniczej i rolniczej stałej i skutecznej opieki sanitarnej, nietylko na wypadek malarji, lecz także w razie choroby, zasłabnięć i nieszczęśliwych wypadków wymagających zabiegów chirurgicznych. Chodziło o to, aby ci wszyscy ludzie, którzy nie szczędzili swych sił w tem wielkiem przedsięwzięciu mieli stałe przeświadczenie, że Czerwony Krzyż nad niemi czuwa, że dba o ich zdrowie, i że służy im stale z pomocą. Pomoc ta roztaczała się również nad rodzinami robotników.

Takim ośrodkiem stałej opieki sanitarnej są stacje sanitarne Czerwonego Krzyża, pozostające pod kierownictwem lekarza-dyrektora, któremu stale pomagają lekarz - pomocnik oraz pewna ilość sanitarjuszy, wahająca się w zależności od tego, jaki jest zasięg działalności stacji pod



Igrzyska na plaży w Littorji.

„Mówiono bardzo wiele o „cudzie Littorji". Cudu niema — jest wasza praca, wasza wytrwałość, znakomite uzdolnienia naszych inżynierów, moja wola i duch narodu italskiego". MUSSOLINI.

względem przestrzeni. Każda stacja działa zazwyczaj na przestrzeni od 5 do 10 klm., posiada pod jednym dachem poradnię i infirmerję i rozporządza sprzętem niezbędnym dla przewożenia chorych z domów do infirmerji lub najbliższego szpitala.

Lekarze i sanitarjusze danej stacji winni czuwać nad ludnością stale zamieszkałą i nad przejściowemi pracownikami, mają również obowiązek roztaczania opieki w domach i w poradni nad wszystkiemi choremi, winni leczyć wszystkich chorych malarycznych, czuwać nad higjeną w mieszkaniach kolonistów i robotników, uprawiać medycynę zapobiegawczą, czuwać nad przestrzeganiem higjeny w szkołach.

Italski Czerwony Krzyż posiada obecnie na przestrzeni „Agro Pontino" jedenaście stacji sanitarnych, mających pod swoją pieczą 42.000 mieszkańców.

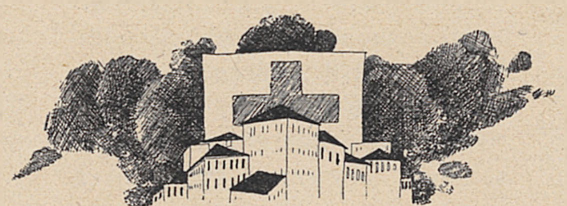
W związku z całą tą akcją opieki sanitarnej dla mieszkańców Agro Pontino powstało ogromne morskie prewentorjum na nowej plaży nazwanej „Lido Littorji". W prewentorjum wybudowanem według najnowszych wymagań higjeny i techniki, tak, że żaden komar nie może się dostać do wnętrza gmachu, przebywa 400 dzieci, pochodzących z rodzin kolonistów. Mussolini dba niezmiernie o zdrowie dzieci, przyszłych obywateli Wielkiej Italji, i ze szczególną pieczołowitością zarządził budowę i zorganizowanie prewentorjum w Littorji.

Na zakończenie należy jeszcze powiedzieć kilka słów o aptece Italskiego Czerwonego Krzyża założonej w Littorji, w której wszyscy mieszkańcy nowopowstałego miasta mogą otrzymywać lekarstwa po cenie kosztu.

Zmiana hasła Czerwonego Krzyża.

W ostatnim zeszycie Brytyjskiego Czerwonego Krzyża czytamy, iż w Anglji czynniki czerwonokrzyskie poruszyły sprawę zmiany oficjalnego hasła międzynarodowego Czerwonego Krzyża „Inter arma caritas" na „Inter Arma et in Pace Caritas", jako bardziej odpowiadające nieustającej w dobie pokojowej stałej pracy Czerwonego Krzyża, skierowanej ku niesieniu ulgi cierpiącym.

Przegląd Brytyjskiego Czerw. Krzyża podkreśla przytem, że Polski Czerwony Krzyż wydał niedawno film, ilustrujący jego pracę w zakresie ratownictwa, zatytułowany „In pace et in bello caritas".



POLSKI CZERWONY KRZYŻ
Zarząd Główny.
L. 3879.
W sprawie aparatów tlenowych
firmy „Perun".

Warszawa, dn. 21.IV.1934 r.

Do
Zarządu Okręgu (15) Polskiego Czerwonego Krzyża.

PISMO OKÓLNE.

Wobec częstych zażaleń ze strony różnych Okręgów, że aparaty tlenowe firmy „Perun" posiadają jakoby pewne wady, Zarząd Główny wyłonił Komisję, która po zbadaniu sprawy na fabryce, doszła do wniosku, że części składowe aparatów są wykonywane prawidłowo, natomiast niewłaściwe posiłkowanie się aparatami powoduje ich psucie się. Mianowicie uszkodzenia dość częste powstają wskutek nieumiejętnego obchodzenia się względnie nieuwagę obsługującego aparat; śruba stawidłowa musi być przed uruchomieniem aparatu i podczas przerw w pracy zluzowana, t. j. odkręcona w lewo, tylko wtedy można otworzyć zawór, znajdujący się na butli z tlenem. W tym stanie rzeczy manometr aparatu wskazuje ciśnienie tlenu, znajdującego się w butli. Dopiero wtedy można śrubę stawidłową zwolna dokręcać w prawo, aż do uzyskania wypływu tlenu z aparatu. Działanie odwrotne, a mianowicie dokręcenie śruby stawidłowej przed otworzeniem zaworu, znajdującego się na butli, powoduje pęknięcie membrany, znajdującej się w aparacie. Wskutek tego aparat staje się niezdatny do użytku.

Prosimy zatem o ścisłe zastosowanie się do wyżej podanych wskazówek przez osoby, posiłkujące się aparatami tlenowemi. Gdyby pomimo to miały miejsce jeszcze jakieśniedokładności, firma „Perun" (Warszawa, Grochowska 52) gotowa jest służyć odnośnemi wskazówkami, a nawet wysyłać na miejsce w tym celu — w razie potrzeby — osobę kompetentną.

Prosimy o powyższych uwagach powiadomić Zarządy Oddziałów oraz instruktorów I i II kl., i zlecić pp. instruktorom Okręgowym dokładne stwierdzenie stanu użyteczności aparatów, jak przechowania i użycia, w czasie ich objazdów służbowych.

POLSKI CZERWONY KRZYŻ
Zarząd Główny
L. 4520.
Ewidencja władz PCK.
i personelu biur.

Warszawa, dn. 24.IV.1934 r.

Do
Zarządu Okręgu (15) i Oddz. PCK. w Gdańsku Polskiego Czerwonego Krzyża.

PISMO OKÓLNE.

Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża zwrócił się do wszystkich Zarządów Okręgów PCK. pismem okólnem z dnia 19.IX.1932 r. L. 5380, z prośbą o zawiadamianie Zarządu Głównego PCK. przez Okręgi i Oddziały o każdorazowych zmianach w składzie ich Zarządów.

Z przykrością stwierdzić musimy, że wyżej wymienione pismo okólne nie odniosło skutku, a w niektórych Okręgach poszło całkowicie w zapomnienie.

Z powyższego powodu ewidencja władz Okręgów, Oddziałów i Kół PCK. prowadzona w Zarządzie Głównym PCK., a nie uzupełniana, nie jest pożyteczną dla celów urzędowych, chociaż dokładne prowadzenie tej ewidencji w Zarządzie Głównym PCK. okazało się **konieczne i niezbędnie potrzebne.**

W celu założenia dokładnej ewidencji władz Okręgów, Oddziałów i Kół PCK. (§ 21, 26 i 28 statutu), oraz personelu biura Okręgów i tych Oddziałów PCK., które personel taki posiadają, Zarząd Główny PCK. prosi uprzejmie o zarządzenie sporządzenia według stanu w dniu 1 maja 1934 r. imiennego wykazu, obejmującego skład:

1) ZarząduOkręgu PCK. (§ 33 pkt. 1 statutu),
2) Prezydjum i członków Komitetu Okręgowego (§ 31 pkt. 1 i 4 statutu),
3) Zarządu każdego Oddziału PCK. (§ 24 statutu), należącego do Okręgu, oraz siedzibę tegoż Oddziału,
4) Zarządu każdego Koła PCK. (§ 26 statutu) oraz siedzibę tegoż Koła,
5) Okręgowej Komisji Rewizyjnej (§ 36 statutu),
6) Komisji Rewizyjnej Oddziału (§ 27 statutu), oraz
7) Personelu biura Okręgu PCK. i tych Oddziałów PCK., które personel taki posiadają.

Obok każdego imienia i nazwiska należy podać zawód, ewentualnie stanowisko.

Obok siedziby Okręgu, Oddziału i Koła PCK. prosimy podać dokładny adres.

Tak sporządzone wykazy prosimy przesłać do Zarządu Głównego PCK. w nieprzekraczalnym terminie do dnia 15 maja 1934 r.

Wszelkie zmiany zaszłe po dn. 1 maja 1934 r. w składzie wyżej wymienionych władz lub personelu biura (śmierć, ustąpienie, zrzeczenie się mandatu, zwolnienie ze służby i t. p.), a także powołanie do życia nowej placówki (Oddział, Koło PCK.), lub likwidacja placówki, oraz zmiany w adresach, prosimy zgłaszać **natychmiast** do Zarządu Gł. PCK. za pomocą krótkiego listu lub pocztówki.

W okresie Walnych Zgromadzeń Oddziałów PCK., a w związku z tem wyborów władz Oddziałów, prosimy o skłonienie Oddziałów, by niezwłocznie po odbyciu Walnych Zgromadzeń wysyłały do Zarządu Okręgu PCK. wykaz nowego składu władz Oddziału, który następnie bez zwłoki przesłany być musi Zarządowi Głównemu PCK.

Podobnie należy **niezwłocznie** przesłać Zarządowi Głównemu każdorazowy wynik nowych wyborów władz Okręgu P.C.K.

POLSKI CZERWONY KRZYŻ
Zarząd Główny
L. 672/34.

ODPIS.

Warszawa, dn. 11.IV.34 r.

W spr. zapotrzebowań na wykwalifikowane pielęgniarki P.C.K.

Do
Zarządu Okręgu (15-tu) Polskiego Czerwonego Krzyża.

PISMO OKÓLNE.

W ciągu roku bież. ukończy Szkołę Pielęgniarstwa PCK. w Poznaniu i w Warszawie około 55 absolwentek, z których nie wszystkie otrzymają przydziały w szpitalach wojskowych i instytucjach PCK. Wobec tego prosimy o porozumienie się z miejscowemi instytucjami samorządowemi lub społecznemi, które zatrudniają pielęgniarki, aby zechciały nadsyłać zapotrzebowania na wolne etaty pielęgniarek do Zarządu Głównego PCK. Prosimy przytem nadmienić, że na wakujące posady będziemy skierowywać pielęgniarki wykwalifikowane do pracy szpitalnej i do pielęgniarstwa społecznego. Zaznaczamy, że Zarząd Główny PCK. na swem posiedzeniu w dn. 12.II.1934 r. uchylił swe dawniejsze decyzje, aby Siostry PCK. zatrudnione w instytucjach PCK. musiały otrzymywać wynagrodzenie według norm obowiązujących w szpitalach wojskowych. Wobec powyższego, uważamy, że niema obecnie przeszkód by do zakładów i instytucyj PCK., prowadzonych przez Okręgi i Oddziały przyjmowane były kwalifikowane pielęgniarki w miejsce tymczasowych sił pomocniczych.

POLSKI CZERWONY KRZYŻ
Zarząd Główny
L. 4108.

Warszawa, dn. 8.V.1934 r.

KOMUNIKAT.

Zarząd Główny PCK. podaje do wiadomości Zarządów Okręgów PCK. niżej zamieszczony odpis pisma Min. Spr. Zagranicznych z dn. 12.IV.1934 r. Nr. P. I. 92/30/34, w sprawie polepszenia losu chorych i rannych w armjach czynnych.

MINISTERSTWO
SPRAW ZAGRANICZNYCH
Departament Polityczny
Wydział Organizacyj Międzynarodowych.
Nr. P. I. 92/30/34.
W sprawie polepszenia losu chorych i rannych w armjach czynnych.
W odpowiedzi na Nr. . . .
z dn. . . . .
załączników . . . . . .

ODPIS.

Warszawa, dn. 12.IV.1934 r.

Do
Polskiego Czerwonego Krzyża.
w miejscu
Smolna 6.

W odpowiedzi na pismo Nr. 3557 z dnia 29.III. r. b., Ministerstwo Spraw Zagranicznych zawiadamia, że podało już za pośrednictwem swoich placówek zagranicznych do wiadomości urzędów państw należących do Konwencji z dnia 27.VII.1929 r. o polepszeniu losu rannych i chorych w armjach czynnych w różnych państwach, że w Polsce Stowarzyszeniem upoważnionem do niesienia pomocy na zasadzie wymienionej Konwencji jest Polski Czerwony Krzyż.

Następujące państwa przyjęły już powyższą notyfikację do wiadomości: Francja, Anglja, Włochy, Niemcy, Austrja, Belgja, Danja, Hiszpanja, Estonja, Finlandja, Szwajcarja, Węgry, Łotwa, Holandja, Portugalja, Rumunja, Jugosławja, Szwecja, Grecja, Czechosłowacja, Brazylja, Luksemburg i Sjam.

Nie nadeszły dotychczas odpowiedzi od rządów następujących państw: Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej, Turcji, Bułgarji, Chin, Norwegji, Persji, Japonji, Meksyku, Egiptu i Argentyny.

Ministerstwo Spraw Zagranicznych równocześnie wystosowuje właściwe ponaglenia, a po otrzymaniu odpowiedzi nieomieszka zawiadomić o ich nadejściu Polskiego Czerwonego Krzyża.

Wicedyrektor
Departamentu Politycznego
(—) Tadeusz Gwiazdowski.

WYDAWNICTWA i BROSZURY P. C. K.

DO NABYCIA

W BIURZE ZARZĄDU GŁÓWNEGO P. C. K.

Zamówienia należy kierować do Zarządu Głównego P. C. K.,

Wydział Organizacyjno-Propagandowy, Warszawa, ul. Smolna Nr. 6 (Tel. Nr. 235-29).

SANITARNE.

		zł.
1.	Organizacja Drużyn Ratowniczych P. C. K.	0.50
2.	Organizacja i Szkolenie Sióstr pogotowia sanitarnego P. C. K.	0.80
3.	Instrukcja organizacyjna punktu Sanitarno-odżywczego P. C. K.	0.75
4.	Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach	0.02
5.	Zarys Higjeny Szpitalnej i Djetetyki — Kpt. Dr. Stanisław Wszelaki	0.50
6.	Lotne Oddziały Okulistyczne. II wydanie	0.50
7.	Gazy, bomby, a prawo. L. Rutkowski. II wydanie	0.20
8.	Korpus Sióstr P. C. K. (regulamin)	0.40
9.	Korpus Sióstr P. C. K. (umundurowanie)	0.40
10.	Świadectwa dla Sióstr Pogotowia Sanitarnego P.C.K. z ukończenia kursu — 1 egz.	0.15
11.	Wykaz Ewidencyjny SS. Pogotowia Sanit. P. C. K.	0.01
12.	Karta Ewidenc. SS. Pogot. Sanitar.	0.02
13.	Zobowiązania dla Sióstr P. C. K.	0.01
14.	Okólnik w sprawie pogotowia ratowniczego drogowego	0.15
15.	Tymczasowa Instrukcja w sprawie Konserwacji Ekwipunku Drużyn ratowniczych P. C. K.	0.10
16.	Patologja Ogólna i Klinika Zagazowań Bojowych. Dr. Lustiga	12.00
17.	Tymczasowa organizacja i program kursów z ratownictwa i obrony przeciwgazowej dla lekarzy	0.20
18.	Co każdy członek drużyny ratowniczej PCK. wiedzieć powinien o gazach bojowych?	0.20
19.	Jak wychować zdrowe dziecko — popularna brosz. z zakresu pielęgniarstwa i opieki nad matką i dzieckiem	0.30
20.	Ogólne zasady ratownictwa przeciwgazowego ludności cywilnej. Dr. Montrym-Żakowicz. II wydanie	1.50
21.	„Międzynarodowa Organizacja Czerwonego Krzyża"	0.50
22.	Musztra sanitarna Drużyny Ratowniczej Pol. Czerwonego Krzyża	0.20

ORGANIZACYJNO - PROPAGANDOWE.

		zł.
1.	Rozporządz. Prezydent. i Statut P.C.K.	0.25
2.	Hasła i Czyny P. C. K.	0.15
3.	Lista werbunkowa nowych członków	0.02
4.	Kwitarjusze	0.50
5.	Wydawnictwo Jubileuszowe P. C. K.	0.50
6.	P. C. K. Rocznik poświęcony Kongresowi Medyc. i Farm.	0.50
7.	Znaczki na karty członkowskie po 50 gr. i 25 gr. za 1000 szt.	2.00
8.	Karty członkowskie za szt. (ponad 100 szt. — zł. 1 gr. 50)	0.02
9.	Znaczki P. C. K. do naklejania na podania etc. po 1 zł., 50 gr., 20 gr. i 10 gr... — 1000 szt.	2.00
10.	Nalepki na okna à 20 gr.	0.02
11.	Nalepki na okna à 50 gr.	0.03
12.	Nalepki na okna à 1 zł.	0.03
13.	Plakaciki propagandowo-werbunkowe do witryn sklepowych (za 100 szt.)	1.—
14.	Ilustrowana minjaturka propagandowa (fotomontaż)	0.04
	za 100 sztuk	3.50
15.	Sprawozdanie za r. 1932	0.50

BROSZURY I WYD. MŁODZIEŻY CZERW. KRZYŻA.

		zł.
1.	Znaczki dla czł. Kół Mł. P.C.K.	0.10
2.	Komplet druków informacyjnych (regulamin, wskazówki i ulotki)	0.20
3.	Karty do konkursu zdrowia	0.02
4.	Broszura o koresp. międzyszkolnej	0.10
5.	Ulotka o koresp. międzyszkolnej	0.02
6.	Karty członk. dla młodzieży P. C. K.	0.02
7.	Ucieszna historyjka o Fipciu. — Porazińskiej	0.80
8.	Klimcia — Straszek. — Porazińskiej	0.70
9.	Komplet afiszy Kół Młodzieży C. K.	3.50
10.	Podręcznik Ratow. — Dr. J. Misiewicz	0.70
11.	Ulotka o Kołach Mł. PCK.	0.02

WYDAWNICTWA RÓŻNE.

		zł.
1.	Nasze Rośliny lekarskie. — Wacł. S. Strażewicz	2.50
2.	Zagadnienia rewizji Konwencji Genewskiej w stosunku do charakteru wojny współczesnej — Dr. Ludwik Zembrzuski, płk. lek.	1.40

Zamówienia uskutecznia się tylko za zaliczeniem pocztowem, o ile jednocześnie przy zamówieniu nie będzie wpłacona należność do P.K.O. Konto czekowe 10.540.

Drukarnia Piotr Pyz i S-ka, Warszawa, Miodowa 8.